

Согласовано

директор
МОУ Чебаковская СОШ
Сухов Евгений Евгеньевич/



МЕНЮ

1 день

Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,3	10,8	27,2	222	0,4
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	165	6,3	5,9	16,9	147	0,7
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
Итого			355	13	25,9	59,6	523	1,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	97	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Итого			97	0,4	0,4	9,5	46	9,7
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/8/5	5,9	12,7	13,1	191	13,9
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	215	8,5	13,8	27,5	268	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			718	17,2	27	72,6	601	13,9
Полдник								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			230	2,9	1	47,1	210	0
Всего				33,5	54,3	188,8	1380	24,7