

Согласовано

директор

МОУ Чебоксарская СОШ

Сухов Евгений Евгеньевич/

# МЕНЮ

15 декабря 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,8	5,5	21,5	163	0,7
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,3	4,3	18,9	137	0,8
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,7		43	0
<b>Итого</b>			<b>426</b>	<b>15,1</b>	<b>15,7</b>	<b>61</b>	<b>448</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,5		29,7	122	10,8
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,5</b>		<b>29,7</b>	<b>122</b>	<b>10,8</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	26	0,2		0,4	3	1,3
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,3	3,8	17,2	140	7,8
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	175	10,5	13,6	16,6	231	14,5
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
<b>Итого</b>			<b>691</b>	<b>22,8</b>	<b>17,9</b>	<b>66,2</b>	<b>516</b>	<b>23,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131	0
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	29	6,9	8,9		109	0
<b>Итого</b>			<b>269</b>	<b>10,5</b>	<b>10,2</b>	<b>52,3</b>	<b>345</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>48,9</b>	<b>43,8</b>	<b>209,2</b>	<b>1431</b>	<b>35,9</b>