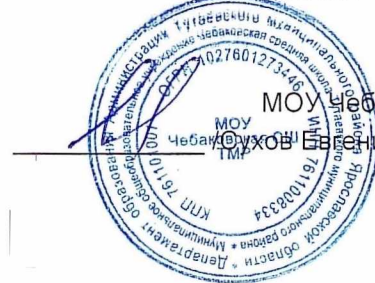


Согласовано



директор

Чубуков Евгений Евгеньевич/

**МЕНЮ**

21 сентября 2022 г.

**Сад 10 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,7		43	0
<b>Итого</b>			<b>376</b>	<b>11,6</b>	<b>14,9</b>	<b>66,6</b>	<b>448</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,7	5,5	4,1	69	1,9
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	3	4,2	10,2	91	11
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/35	10,1	13	13,2	209	1,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,7	4,9	32,2	197	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>810</b>	<b>22,3</b>	<b>28,1</b>	<b>91,7</b>	<b>708</b>	<b>14,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>2,8</b>	<b>3</b>	<b>32,2</b>	<b>168</b>	<b>2</b>
<b>Всего</b>				<b>37,2</b>	<b>46,1</b>	<b>200,4</b>	<b>1367</b>	<b>19,6</b>