

**МЕНЮ**

6 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,7	4,7	21	149	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,9	4,7	20,5	145	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,9</b>	<b>14,4</b>	<b>56,9</b>	<b>410</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	11	7,9	14,5	174	3,3
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	180	16,3	16,6	36,6	361	1,3
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1	0,1	23,3	98	0,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>30,9</b>	<b>25</b>	<b>91,4</b>	<b>715</b>	<b>4,9</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		15,7	63	0
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	78	6,4	5,4	40,2	234	0,2
<b>Итого</b>			<b>258</b>	<b>6,5</b>	<b>5,4</b>	<b>55,9</b>	<b>297</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	114	10,6	13,8	2,5	177	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		15,7	63	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>324</b>	<b>13</b>	<b>14,7</b>	<b>33,6</b>	<b>319</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>63,3</b>	<b>59,5</b>	<b>237,8</b>	<b>1741</b>	<b>5,3</b>

мед. сестра \_\_\_\_\_

Багрова Ирина Львовна