

МЕНЮ

" 21 " декабря 2022 г.

7-11 лет

8 день

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	50,55	25,1	17,4	14	321,5
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	10,14	2,1	2,5	16,2	95
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,07	0,2		10,1	41
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	12,64	0,4	0,4	9,8	47
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	4,00	4,8	1,2	20,8	112
Итого				78,40	32,6	21,5	70,9	616,5
Обед								
2011	55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	5,83	0,9	3,6	3,9	53
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	9,95	6,4	4,5	18,6	141
2022	3т	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С ЛУКОМ	90	22,97	7,4	7,2	4,1	114
2012	151	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	16,46	3,1	5,9	17,4	142
2021	8	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,07	0,2		10,1	41
2022	101	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	90	9,00	10,8	2,7	46,8	252
Итого				65,28	28,8	23,9	100,9	743
Всего				143,68	61,4	45,4	171,8	1359,5

Повар

Дарькова(Д)