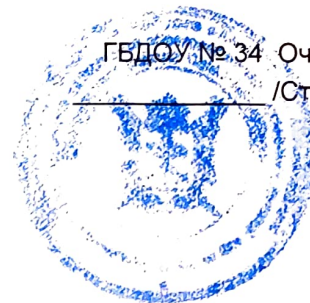


МЕНЮ
14 ноября 2024 г.

Если 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,9	7,3	20,3	167	0,4
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
Итого			365	11,9	14,6	42,9	336	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,6	6,1	4,8	77	1,2
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,8	6,6	8,1	115	5,4
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	1,7	4,4	5,2	67	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,6	1,6	6,8	53	5,8
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0,8
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			580	11,4	19,4	50,2	431	13,2
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	15,4	20,2	16,2	312	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,4	3	7,4	75	0,81
		АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,9	0,2	8,1	43	60
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,8	3,6	14,9	94	0
Итого			371	23,5	27	46,6	524	61,01
Всего				47,6	61,2	154,9	1360	75,21