

МЕНЮ 5 день
Сад 10.5 часов 3-7 лет

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								
2008	430	Каша рисовая молочная с маслом	200	5,4	7,9	24,1	189,1	0,8
2008	181\1	Каша рисовая на воде (аллергики)	200	2,7	3,8	20,0	125,0	0
2008	433	Какао напиток на молоке	180	3,8	3,1	15,5	105,1	0,8
2008	432\1	Кофейный напиток на воде (аллергики)	180	1,9	0,0	7,5	55.6	0
2008	100	Батон с маслом, сыром	53	4.9	7.9	18.0	162.7	0
Итого			421	12,1	17.0	59,1	437,8	1,6
II Завтрак								
2008		Йогурт	150	5,1	3,8	8,3	87,8	0
2008		Компот из свежих яблок (аллергики)	150	0,1	0,1	11,5	49,0	1,4
Итого			150	5,1	3,8	8,3	87,8	0
Обед								
2008	95	Свекольник на кур. Бульоне со сметаной	200	5,8	6.6	19,4	160,2	10,7
2008		Свекольник на кур. Бульоне (аллергики)	200	4,8	5,8	18,2	144,2	0
2008		Суп картофельный на кур. Бульоне без свежей капусты (аллергики)	200	6,5	6,6	11,6	131,8	0
2008	241	Суфле рыбное, соус	150	34,8	9,0	14,8	279,4	4,4
2008	71	Капуста припущенная	50	0,9	3,1	4,7	50,3	17,3
2008		Сок	180	0,8	0,2	15,2	65,8	103,2
2008		Хлеб ржаной	41.7	2.5	0,5	21.0	98.5	0
2008		Батон	31,6	3,9	1,4	15,6	90,2	0
Итого			653,3	48,6	20,8	90,7	744,0	135,6
Полдник								
2008	446	Оладьи со сгущенным молоком	80	7,2	7,7	39,2	254,9	0
2008		Оладьи на воде (аллергики)	80	5,0	0	20,5	102,0	0
2008	214	Чай с сахаром	180	0,2	0	9.0	36.8	0
Итого			260	7,4	7,7	48,2	291,7	0
Всего				73,2	49,4	206,3	1561,7	137,2