

МЕНЮ 4 день
Сад 10.5 часов 2-3 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	181	Каша пшеничная молочная с маслом	150	5,1	5,2	18,3	140,4	0,7
2008	181\1	Каша пшеничная на воде (аллергики)	150	2,6	2,8	9,6	74,0	0
2008	432	Кофейный напиток на молоке	150	3,8	3,2	12,2	92,8	0,2
2008	432\1	Кофейный напиток на воде (аллергики)	150	1,9	1,6	6,6	48,4	0,1
2008	100	Батон с маслом, сыром	30	2,1	4,3	13,5	101,1	0,4
Итого			330	11,8	12,7	44,0	334,3	1,0
II Завтрак								
2008	411	Кисель	150	0	0	15,4	61,6	0
2008		Кондитерское изделие	30	2,3	2,9	22,3	124,5	0
Итого			300	2,3	2,9	37,7	186,1	0
Обед								
2008	83	Щи с курицей со сметаной	180	5,4	5,5	17,0	139,1	18,1
2008	83/1	Щи с курицей (аллергики)	180	4,8	4,9	12,3	112,5	0
2008	331	Макароны отварные с маслом	80	2,9	2,8	19,4	144,4	0
2008	290	Беф-строганов из печени	80	11,1	4,5	4,9	104,5	7,7
2008	50	Соленый огурец	20	0,2	0	0,3	2,0	0
2008	402	Компот из сухофруктов	150	0	0	7,8	31,2	1,5
2008		Хлеб ржаной	33,3	3,0	0,5	14,6	75,8	0
2008		Батон	12,5	1,6	0,1	7,0	35,3	0
Итого			525,8	24,2	13,5	71,0	502,3	27,3
Полдник								
2008	219	Сырники с повидлом	70	10,4	6,2	13,4	151,0	0,2
2008		Батон	12,5	1,6	0,1	7,0	35,3	0
2008	431	Чай с сахаром	180	0,2	0	9,0	36,8	0
		Яблоко	100	0,4	0,4	10,5	47,2	11,0
Итого			205,8	12,6	6,7	43,4	270,3	11,2
Всего				50,1	35,8	196,1	1293	39,5