

МЕНЮ 9 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	181	Каша молочная ячневая молочная с маслом	200	6,0	6.3	24,1	177,1	0,6
2008	1811	Каша ячневая на воде	200	3,0	3.1	12,5	86,9	0
2008	432	Кофейный напиток на молоке	180	3.9	3.2	16.5	110.4	0.6
		Кофейный напиток на воде	180	1.8	1.6	8.4	55.2	0
2008	100	Батон с маслом	41	2.9	6.0	19.5	143.6	0.4
Итого			421	12.8	15.5	60,1	431,1	1.2
II Завтрак								
2008	к/к	Сок	180	0,8	0,2	15,2	65,8	103,2
2008		Компот из свежих яблок (аллергия)	150	0.1	0.1	10,5	43.3	1,4
Итого				0,8	0,2	15,2	65,8	103,2
Обед								
2008	98	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	8,81	8,88	6,86	142,58	5,8
2008	346	Капуста тушенная с мясом	180	13	26,5	12,3	339,7	6,2
2008	402	Компот из сухофруктов	180	0	0	9,7	38,8	0
2008		Салат из свежей капусты с растительным маслом	50	0.9	3.1	4.7	50.3	6.3
2008		Хлеб ржаной	41.7	2.5	0,5	21	98.5	0
2008		Батон	15.8	1,9	0,7	7,8	45.1	0
Итого			617,5	26,21	36,58	57.66	664.68	12.0
Полдник								
2008	446	Пудинг творожный с повидлом	80	7.2	7.7	39.2	254.9	0
2008		Овощное рагу (аллергики)	150	2,9	4,1	10,1	93	21,6
2008	214	Чай с сахаром	180	0.2	0	9.0	36.8	0
Итого			260	7.4	7.7	39,2	291.7	0
Всего				47,21	59,98	172,16	1453,28	116,4