

Меню на 04.12.2023

Категория
Довольствующихся: сад 12 ч.



1

Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак						
Суп молочный Артек	200	5,56	5,16	18,35	154	94
Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91	395
Бутерброд с маслом и с сыром	45	4,73	6,68	14,56	139	3
ИТОГО:	440	13,1	14,25	47,27	439	
2-й завтрак						
Йогурт	180	5,40	1,80	7,20	67	401
Обед						
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	17,72	94	б/н
Борщ с фасолью	200	2,8	4,8	11,6	94,6	63
Салат из капусты белокачанной/ квашенной	50	0,704/ 0,6	2,54/ 0,3	4,50/ 11	43,7/ 106,5	20/-
Котлеты рыбные пюбительские	80	10,95	3,70	8,69	112	256
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,62	4,9	29,12	234	165
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79	398
ИТОГО:	880	32,24	18,39	95,46	724,3	
Уплотненный полдник						
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	392
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	б/н
Омлет натуральный	120	13,2	25,47	2,5	293	215
Икра кабачковая	30	0,36	1,41	2,31	23,4	б/н
Кондитерское изделие	30	1,29	1,44	13,65	74,5	б/н
ИТОГО:	440	17,88	28,88	43,48	509	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		64,22	63,03	199,01	1672,03	

Повар  Мохник Н. Т.

Мед. сестра  Григорьева А. М.