



МЕНЮ

15 сентября 2021 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	140/30	26,2	20,4	37,9	428
ТК		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,9	1,4	27,4	140
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
ТК		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				30,7	22,2	88,8	670
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	5,4	3,1	11,6	93
2006	482	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,4	4,1	14	105
2006	416	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,3	14,6	12,5	223
ТК		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,5	20,5	100
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
Итого				24,6	22,3	72,3	576
Всего				55,3	44,5	161,1	1246