

# МЕНЮ

20 сентября 2021 г.

Возрастная категория 7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	149	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	6,8	9,2	33,8	239
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,5	5,7	25,9	173
2006	2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	29/30	9,4	8,1	14,2	165
		ЙОГУРТ	100	5	3,2	8,5	87
<b>Итого</b>				<b>26,7</b>	<b>26,2</b>	<b>82,4</b>	<b>664</b>
<b>Обед</b>							
2006	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	9	8,7	14	163
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,7	32,2	189
1983	732	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	13,6	14	11,6	238
	ТК	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2	0,3	12,3	60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
2008		БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67
<b>Итого</b>				<b>31,2</b>	<b>28,1</b>	<b>106,6</b>	<b>803</b>
<b>Всего</b>				<b>57,9</b>	<b>54,3</b>	<b>189</b>	<b>1467</b>