

**МЕНЮ**

22 сентября 2021 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2006	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	200	33,6	25,4	43,2	523
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
	ТК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	15,5	79
Итого				36	26,2	72,4	657
Обед							
2006	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	5,1	7,7	9,5	123
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,2	20	135
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	10,1	8,3	11,5	156
2006	646	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВО -ЛИМОННЫЙ	200	0,1		22,6	91
	ТК	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	2	0,3	12,3	60
	ТК	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	34	0,3		0,9	5
Итого				20,8	21,5	76,8	570
Всего				56,8	47,7	149,2	1227