



МЕНЮ

14 января 2022 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,	150/30	28,9	22,2	41	465
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,8	16,2	83
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/7	0,3		13,9	57
Итого				31,5	23	71,1	605
Обед							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	7	9,1	11,4	150
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,1	20,1	135
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	10,1	8,3	11,7	157
2006	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	50	0,8	3,5	4,2	52
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2	0,3	12,3	60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			21,8	86
Итого				23,1	26,3	81,5	640
Всего				54,6	49,3	152,6	1245