

МЕНЮ

4 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ

Сад 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2017	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63,2
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (крупа ячневая, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200/5	5,5	8,2	22,3	185,8
2017	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (цикорий*, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, ванилин)	180	2,5	2,8	11,8	83,3
	ГОСТ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	3	1,2	20,6	104,8
Итого			465	16,1	16,8	55	437,1
II Завтрак							
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	1,3	1,4	9,2	55
Итого			180	1,3	1,4	9,2	55
Обед							
2018	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, приправа, лавровый лист, рыбн.консервы в масле скумбрия атл.бланш, картофель)	200	2,5	2,2	15	90,4
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (куриная грудка филе, свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, томатная паста)	108/30	9	14,3	9,6	207,4
2010	4	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, лимонная кислота, сахар песок, соль йодированная)	60	0,8	4,1	5	61,4
2017	343	КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М (сахар песок, вода питьевая, компотная смесь с/м*)	180			7,7	31
	ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб украинский формовой)	45	3	0,5	17,8	89,1
Итого			623	15,3	21,1	55,1	479,3
Уплотненный полдник							
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		7,1	28,8
	ГОСТ	ПЕЧЕНЬЕ 1ШТ (печенье "мария")	24	1,8	2,3	17,5	120,7
	ГОСТ	ЯБЛОКО 1ШТ (яблоко 130*)	130	0,3	0,2	16,7	67,6
Итого			334	2,2	2,5	41,3	217,1
Всего				34,9	41,8	160,6	1188,5

ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

Осиневская
Е.Н.

Е.Н.ОСИНЕВСКАЯ