

МЕНЮ

4 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ

Сад



№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
33С	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63,2
25С	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200/5	5,8	7,5	42	259,8
21С	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		7,1	28,8
ГОСТ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого		470	14,4	13,4	72,5	469,7
II Завтрак						
4С	СНЕЖОК (снежок 2.5%*)	180	4,9	4,5	35,6	142
Итого		180	4,9	4,5	35,6	142
Обед						
57С	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, сметана 15% жирности)	200/5	2,6	3,6	9,3	88
65С	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ КАРТОФЕЛЯ) (филе бедра куриного, масло растительное, морковь, томатная паста, лук репчатый, мука, соль, лавровый лист, вода)	70	10,3	8,2	10,5	156
58С	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (греча, масло сливочное, вода, соль)	130	2,7	4,8	18,5	212
60С	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	30	0,4	1,5	2,9	26,6
21С	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180			7,7	29
ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб украинский формовой)	45	3	0,5	17,8	89,1
Итого		660	19	18,6	66,7	600
Уплотненный полдник						
ТТК 4С	ЗАПЕКАНКА КАЛОРИЙНАЯ (крупа мааная, сметана 15 % жир, сахар, сода, соль,сухари панир, масло)	100	0,1		7,1	28,8
21С	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		7,1	28,8
Итого		280	0,2	0	14,2	57,6
Всего			40,4	39,9	172,1	1446,78

ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

Е.Н.ОСИНЕВСКАЯ