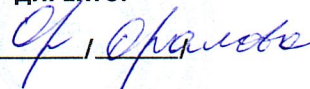


МЕНЮ

4 ДЕНЬ 2 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
2008	189	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
2010	96	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							
2017	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5	5,6	8,2	104,8
Итого			180	5	5,6	8,2	104,8
Обед							
2017	82	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ (КУРА) (вода питьевая, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, томатная паста, лавровый лист, свекла, чеснок, лимонная кислота, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15% жирности, филе куриного бедра*)	200	2,6	3,6	9,3	82,5
2017	234	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (рыба минтай филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сухари панировочные, вода питьевая, лук репчатый)	70	10,3	8,2	10,5	157,2
2017	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,7	4,8	18,5	128,5
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	30	0,4	1,5	2,9	26,6
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			655	19	18,6	66,7	514,9
Уплотненный полдник							
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		7,1	28,8
	ГОСТ	ПЕЧЕНЬЕ 2ШТ (печенье "мария")	24	1,8	2,3	17,6	120,7
Итого			204	1,9	2,3	24,7	149,5
Всего				40,4	39,9	172,1	1238,9

 ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"
 ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ


 Е.Н.ОСИНЕВСКАЯ