

МЕНЮ

15 сентября 2023 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 | | | | | | | |
| 1994 | 161 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 1,7 | 1,2 | 11,8 | 65 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,8 | 16,1 | 83 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2021 | 457 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 0,2 | | 9,1 | 37 |
| | | ГРУША | 150 | 0,5 | 0,4 | 12,6 | 57 |
| Итого | | | | 4,8 | 10,7 | 49,7 | 317 |
| Обед | | | | | | | |
| 2010 | 6 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 4,5 | 5,5 | 11,1 | 115 |
| 2004 | 216 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРОЙ | 180 | 11,4 | 10,8 | 21,3 | 246 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,3 | 60 |
| 1986 | 109 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 80 | 6,1 | 8,4 | 45,1 | 289 |
| 2021 | 491 | КОМПОТ ИЗ ЯГОД | 200 | | | 9,1 | 36 |
| Итого | | | | 24 | 25 | 98,9 | 746 |
| Всего | | | | 28,8 | 35,7 | 148,6 | 1063 |