

МЕНЮ

12 мая 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							
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,3	7,3	19,5	161
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,8	16,5	85
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,7	7,8		103
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,7	55
2008		Конфета	100	1,1	0,4	14,7	67
Итого				16,7	16,3	64,4	471
Обед							
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,6	61
1994	628	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	12,7	10,4	15,1	198
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	1,5	2,6	11,6	74
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,5	20	138
		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	30	0,9	0,1	1,7	10
Итого				20,5	18,9	70,1	518
Всего				37,2	35,2	134,5	989