

МЕНЮ

14 декабря 2023 г.

**Возрастная категория 7-11 лет**

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|--------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1994 | 149 | КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 200/5 | 2,9 | 3,9 | 26,2 | 154 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,8 | 16,1 | 83 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2008 | 407 | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | 200 | | | 17,7 | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | | | | 5,7 | 13,4 | 69,9 | 359 |
| Обед | | | | | | | |
| 1994 | 129 | РАССОЛЬНИК (С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ) | 200 | 5 | 7,2 | 13,8 | 141 |
| 2004 | 216 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ | 180 | 10,1 | 9,9 | 21,3 | 231 |
| 2008 | 451 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ, ЯЙЦОМ | 70 | 4,8 | 4,6 | 24,7 | 164 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,3 | 60 |
| 2021 | 457 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 0,2 | | 9,1 | 37 |
| Итого | | | | 22,1 | 22 | 81,2 | 633 |
| Всего | | | | 27,8 | 35,4 | 151,1 | 992 |