

**МЕНЮ**

18 января 2024 г.

**Возрастная категория 7-11 лет**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	5,9	4,6	30,4	189
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		БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67
<b>Итого</b>				<b>9,4</b>	<b>14,1</b>	<b>79</b>	<b>414</b>
<b>Обед</b>							
2006	148	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С КУРИЦЕЙ)	200	6,9	8,1	11,4	150
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	2,9	4,5	22,9	149
2006	324	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	2,3	9	14,9	146
2021	30	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	1,2	4,7	4,2	62
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,3	60
2021	457	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		9,1	37
<b>Итого</b>				<b>15,5</b>	<b>26,6</b>	<b>74,8</b>	<b>604</b>
<b>Всего</b>				<b>24,9</b>	<b>40,7</b>	<b>153,8</b>	<b>1018</b>