

# МЕНЮ

2 сентября 2024 г.

## Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2018	78	СУП МОЛ. С КРУПОЙ	250	3,8	4,9	39,4	175	0,7
2018	2	БУТ-Д С МАСЛОМ И СЫРОМ	31/5/10	4	6,6	15,6	144	0,1
2018	302	КОФ. НАПИТОК	180	2,9	3,3	27,9	106	0,7
<b>Итого</b>			<b>476</b>	<b>10,7</b>	<b>14,8</b>	<b>82,9</b>	<b>425</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,5	46	4
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,5</b>	<b>46</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2018	34	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЙ"	61	0,9	5,2	4,8	69	2,4
2018	60	БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ	199	6,5	6,9	9,9	144	6,1
2018	87	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	71	8,9	1,5	7,6	78	0,4
2018	232	МАКАР. ИЗД. С ОВОЩАМИ	150	3,3	8,1	32,1	216	1,3
2018	309	КОМПОТ ИЗ СУХОФР.	180			9,7	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,5	50	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,2	0,2	9,1	39	0
<b>Итого</b>			<b>704</b>	<b>22,4</b>	<b>22</b>	<b>83,7</b>	<b>631</b>	<b>10,2</b>
<b>Полдник</b>								
2018	289	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	4,1	1,2	37,9	167	0,1
2008	435	КЕФИР	184	5,3	4,6	7,4	88	1,3
<b>Итого</b>			<b>244</b>	<b>9,4</b>	<b>5,8</b>	<b>45,3</b>	<b>255</b>	<b>1,4</b>
<b>Ужин</b>								
2018	125	ЗАПЕКАНКА КАРТ. С МЯСОМ И ТОМ. СОУСОМ	180/30	15,7	23,9	27,9	435	13,6
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,1	30	0,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,5	50	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,8	0,3	13,6	57	0
<b>Итого</b>			<b>443</b>	<b>19,2</b>	<b>24,3</b>	<b>60,1</b>	<b>572</b>	<b>14,3</b>
<b>Всего</b>				<b>62,1</b>	<b>67,3</b>	<b>281,5</b>	<b>1929</b>	<b>31,4</b>