

Утверждаю



Генеральный директор
АНО ОО "Академия"
Зимарева И.В./

МЕНЮ

19 января 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
			155	5,4	6,5	28,8	196	0,4
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	2,9	2,5	24,8	134	1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	355	8,3	9	53,6	330	1,4
Итого								
II Завтрак								
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2008			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого								
Обед								
2008	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	1	6,1	4,4	76	16,8
2008	80	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	2,3	4,3	13,7	107	6,7
2008	259	БИТОЧКИ	60/60	17,3	17,5	3,4	240	1,1
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,4	3,3	11,1	84	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	28,5	118	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008			730	28,6	31,8	93,9	781	24,6
Итого								
Полдник								
2012	468	БУЛОЧКА "УЛИТКА"	60	4,5	5,7	29,5	187	0
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
			260	4,5	5,7	29,5	187	0
Итого								
Ужин								
2012	292	МАКАРОННИК С МЯСОМ	160	18,1	17,8	27,5	342	0,6
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,1	0,1	27,9	113	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008			380	19,7	18	65,4	502	2,6
Итого								
Всего								
				61,5	64,9	252,2	1847	38,6