

МЕНЮ

24 января 2025 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	18,31	4,20	7,30	20,80	166,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	110/100/10	16,92	2,90	9,50	21,20	185,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200/10	11,46	2,90	3,10	13,80	96,00
Итого				46,69	10,00	19,90	55,80	447,00
II Завтрак								
2008		БАТОН	50	4,83	2,20	1,00	16,30	85,00
2008	442	СОК	200	34,47	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого				39,30	3,20	1,20	36,10	171,00
Обед								
2008		ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ	40	3,35	2,60	0,40	16,30	80,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	80	10,43	0,60	0,10	1,40	10,00
2008	103	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	250/10	29,26	7,90	8,90	16,60	179,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	230	83,11	13,00	17,30	27,20	317,00
2008	410	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200/10	7,78	0,30	0,10	18,30	76,00
Итого				133,93	24,40	26,80	79,80	662,00
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	100	46,23	17,30	13,40	46,60	376,00
2008	442	СОК	200	34,47	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого				80,70	18,30	13,60	66,40	462,00
Ужин								
2008		ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ	40	3,36	2,60	0,40	16,40	80,00
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150/5	15,79	6,30	7,40	26,00	196,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60/50/10	15,55	2,20	9,20	16,60	161,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	3,30	0,40	0,00	9,50	40,00
Итого				38,00	11,50	17,00	68,50	477,00
Всего				338,62	67,40	78,50	306,60	2 219,00