

Возрастная категория с 1-3 лет **22/01/2025**

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		
Завтрак								
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	45	1,54	3,04	17,14	102,14	0,02
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	24,31	22,25	21,16	385,84	0,36
2012		БУТЕРБРОДЫ С	35/5	2,30	9,12	15,50	153,40	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	190	4,66	4,04	20,82	139,19	0,68
Итого			455	32,81	38,45	74,62	780,57	1,06
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Итого			100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Обед								
2008		САЛАТ ИЗ ПОМИДОР	45	0,44	10,07	1,50	99,40	9,90
2012	73	РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ И	210	7,98	16,65	16,35	248,22	4,65
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	9,26	14,81	153,14	6,92
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	65	10,91	20,07	5,07	257,03	7,70
2008	436	КОМПОТ ИЗ ЛИМОНА С	150	0,05	0,01	9,85	40,68	0,96
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			630	24,56	56,41	64,54	880,05	30,13
Полдник								
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/20	6,62	5,66	14,73	137,58	0,13
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			230	6,62	5,66	24,41	176,28	0,13
Ужин								
2012	413	КАША ПШЕНИЧНАЯ	165	6,10	13,24	27,68	255,21	0,68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,18	0,84	14,96	76,24	0,00
Итого			375	8,28	14,08	52,32	370,15	0,68
Всего				72,62	114,95	224,51	2 248,41	40,80

Возрастная категория 3-7 лет **22/01/2025**

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		
Завтрак								
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,54	3,04	17,14	102,14	0,02
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	195	24,31	22,25	21,16	385,84	0,36
2012		БУТЕРБРОДЫ С	45/8	3,05	9,41	20,64	179,60	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	190	4,66	4,04	20,82	139,19	0,68
Итого			488	33,56	38,74	79,76	806,77	1,06
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Итого			100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Обед								
2008		САЛАТ ИЗ ПОМИДОР	65	0,65	10,11	2,26	104,16	14,85
2012	73	РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ И	220	8,09	16,68	17,25	252,43	5,16
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	3,58	9,72	21,43	188,09	10,09
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	85	15,25	20,96	5,07	287,83	11,00
2008	436	КОМПОТ ИЗ ЛИМОНА С	150	0,05	0,01	9,85	40,68	0,96
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			735	30,93	57,92	77,06	975,17	42,06
Полдник								
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	45/20	9,55	8,47	19,64	194,79	0,19
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			245	9,55	8,47	29,32	233,49	0,19
Ужин								
2012	413	КАША ПШЕНИЧНАЯ	190	6,94	14,17	29,04	272,67	0,83
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	1,13	19,94	101,66	0,00
Итого			410	9,85	15,30	58,66	413,03	0,83
Всего				84,24	120,78	253,42	2 469,82	52,94