

МЕНЮ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 ЛЕТ. Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ, ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
ДЕНЬ 11

Сборник рецептур	Номер технологической карты	Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая Ценность, ккал	Витамины, мг С
			Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (время приема 8.30-9.00)									
2008	503	КАША МАННАЯ		195	5,6	7,4	22,4	178,8	0,9
2008	11	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ		30/6/12	5,1	10,9	15,5	181,1	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	4,1	3,4	17,3	117,4	0,9
					18,5	21,7	55,2	477,3	1,8
II Завтрак (время приема 10.30-11.00)									
2008	570	ФРУКТЫ Яблоки		88	0	0	16,0	65,9	4,2
		СОК СЛИВОВЫЙ		100	1,1	0,1	12,2	54,3	0
					1,1	0,1	28,2	120,2	4,2
Обед (время приема 12.00-13.00)									
2008	507	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЛУКОМ И СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ		170	1,4	3,0	3,4	46,6	1,7
2008	520	СУП ХАРЧО		250	6,4	7,0	14,1	145,5	7,4
2008	527	КУРИНЫЙ ШНИЦЕЛЬ		80	10,0	10,3	1,5	140,0	10,7
2008	561	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		85	3,6	4,2	16,5	117,8	0
2008	501	КИСЕЛЬ БРУСНИЧНЫЙ		200	0	0	15,3	63,4	50,0
2008	140	ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		50	3,3	0,4	21,2	102,0	0
					24,7	24,9	72,0	613,9	69,1
Полдник (время приема 15.30-16.00)									
		ПЕЧЕНЬЕ		50	3,4	4,4	33,5	187,7	0
2008	434	КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК /МОЛОКО НАТУРАЛЬНОЕ 2.5% ЖИРНОСТИ		200	5,2	4,5	7,2	95,4	0,9
					8,6	8,9	40,7	283,1	0,9
Ужин (время приема 18.30-19.00)									
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ		140	2,4	1,1	9,6	62,5	15,0
2008	231	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ КЕТА/КИЖУЧ		94	18,8	7,8	2,5	162,7	0
2008	431	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ		200	0,2		12,0	49,6	2,0
2008	139/1	ХЛЕБ С МАСЛОМ		50/6	3,7	4,3	24,3	151,1	0
					25,1	13,7	48,4	425,9	17,0
		ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			75,2	70,9	251,7	1 902,8	92,3