

МЕНЮ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 ЛЕТ.Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ, ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
ДЕНЬ 12

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	530	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С ИЗЮМОМ СО СМЕТАНЫМ ПОДЛИВОМ		160/30	28,0	16,0	19,9	339,9	0,6
2008	1	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ		30	2,3	7,5	15,5	138,4	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ		200	4,6	4,6	19,1	139,7	0,9
					34,9	28,1	54,5	618,0	1,5
II Завтрак (время приема 10.30-11.00)									
2008	570	ФРУКТЫ Груша		114	0,5	0,5	11,2	53,8	85,8
2008	529	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ		100	0,1	0	5,9	22,1	1,0
					0,6	0,5	17,1	75,9	86,8
Обед (время приема 12.00-13.00)									
2008	572	ПОМИДОР СВЕЖИЙ		74	0,6	0,1	2,2	13,7	17,6
2008	521	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		250	7,2	7,7	19,9	180,9	14,1
2008	500	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ		50	13,5	8,4	3,1	159,8	13,2
2008	539	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	4,1	4,4	29,8	175,4	10,2
2008	126	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200			14,6	58,1	50,0
2008	140	ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		50	3,3	0,4	21,2	102,0	
					28,1	20,9	88,6	676,2	105,0
Полдник (время приема 15.30-16.00)									
2008	563	МАННИК		160	3,5	4,8	32,9	196,8	0
2008	434	КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/ МОЛОКО НАТУРАЛЬНОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ		200	5,8	5,0	8,0	106,0	0,9
					9,6	9,3	42,8	306,6	0,9
Ужин (время приема 18.30-19.00)									
2008	214	ОМЛЕТ 2		80	5,1	8,1	2,4	103,2	0,9
2008	508	САЛАТ МОРКОВНЫЙ С ЧЕСНОКОМ		114,5	1,1	2,0	5,6	46,2	1,7
2008	139/1	ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ С МАСЛОМ		50/5	1,5	0,1	9,7	46,0	0
2008	505	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ		200	2,3	1,9	13,6	81,8	0,3
					20,3	13,7	66,1	471,8	6,8
		ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			69,3	61,9	264,6	1 889,6	138,2