

МЕНЮ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 ЛЕТ. СЕЗОН: ОСЕННЕ_ЗИМНИЙ, ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
ДЕНЬ 4

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 ПШЕННАЯ		200	6,2	7,1	24,9	189,3	1,0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	5,2	4,4	19,1	138,2	0,9
2008	1	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ		30	2,3	5,9	15,4	123,5	0
					13,7	17,4	59,4	451,0	1,9
II Завтрак (время приема 10.30-11.00)									
2008	570	ФРУКТЫ		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	17,2	75,9	86,8
Обед (время приема 12.00-13.00)									
2008	573	СВЕКОЛЬНЫЙ САЛАТ		135	1,5	5,0	8,3	84,8	3,7
2008	523	СУП ФАСОЛЕВЫЙ С ГРЕНКАМИ		200	8,3	5,4	24,4	180,5	5,6
2008	284	ТЕФТЕЛИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		95/50	18,9	20,1	14,8	286,8	0,9
2008	529	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ		200	0,2	0,2	18,0	74,4	50,0
2008	140	ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0	0
					32,3	21,2	86,7	728,1	60,2
Полдник (время приема 15.30-16.00)									
2008	513	ЯКУТСКАЯ ЛЕПЕШКА		70	6,2	4,6 ³		198,4	0
2008	434	КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/МОЛОКО	200	5,8	5,0	8,0	106,0	0,9	
2008	140	ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,3	0,4	21,2	102,0	0
Ужин (время приема 18.30-19.00)									
2008	518 522	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С ЯЙЦОМ КУРИНЫМ ПИЩЕВЫМ МЫТЫМ ВАРеныМ		225	7,5	5,0	10,8	157,8	16,8
2008	139	ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	0	
2008	430	ЧАЙ С ЗЕФИРОМ		200	0,4		31,1	127,7	0
					9,4	25,2	56,6	414,8	16,8
		ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			68,2	69,4	277,4	1974,2	88,7