

МЕНЮ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 ЛЕТ.Сезон: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ, ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ
ДЕНЬ 15

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 КУКУРУЗНАЯ		200	5,3	6,6	21,9	168,4	1,6
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
					12,8	18,5	56,6	445,2	2,5
II Завтрак (время приема 10.30-11.00)									
2008	570	ФРУКТЫ (Яблоко)		75	0,1	0,1	5,7	30,1	4,2
2008	529	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ		100	0,1	0	5,9	22,1	1,0
					0,2	0,1	11,6	52,2	5,2
Обед (время приема 12.00-13.00)									
2008	84	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		250	6,8	7,0	16,4	160,9	14,6
2008	272	КОТЛЕТЫ		80	11,7	11,1	2,0	151,2	1,0
2008	561	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		77	4,3	4,3	19,2	132,5	0
2008	573	СВЕКОЛЬНЫЙ САЛАТ		80	1,3	5,0	7,3	78,6	3,3
2008	126	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		200	0,6	0,3	23,0	107,7	50,0
2008	140	ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		50	3,3	0,4	21,2	102,0	0
					29,2	28,1	89,1	732,9	58,9
Полдник (время приема 15.30-16.00)									
2008	434	КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/ МОЛОКО НАТУРАЛЬНОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ		200	5,2	4,5	7,2	95,4	0,9
2008	513	ЯКУТСКАЯ ЛЕПЕШКА/ БУЛОЧКА «УЛИТКА»		130	7,6	10,9	33,1	332,9	0
					12,8	15,4	43,0	372,8	0,9
Ужин (время приема 18.30-19.00)									
2008	331	МАКАРОНЫ С СЫРОМ		226	9,5	7,4	30,7	221,0	0
2008	544	ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ		95	1,6	0,2	1,9	15,0	7,6
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	85,8	
2008	139	ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ		50	3,7	0,3	24,3	114,8	0
					15,8	10,1	72,7	436,7	7,6
		ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			71,2	70,0	276,1	2 017,7,9	80,3