

МЕНЮ

27 сентября 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200/5	20,04	4,80	7,90	24,60	190,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50/40/10	11,97	1,20	8,80	8,50	119,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200/10	17,44	4,40	4,70	17,60	131,00
Итого				49,45	10,40	21,40	50,70	440,00
II Завтрак								
2008		БАТОН	100	4,66	2,80	1,30	21,20	110,00
2008		ЯБЛОКО	200	21,08	0,80	0,80	18,80	90,00
Итого				25,74	3,60	2,10	40,00	200,00
Обед								
2008		ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ	60	5,21	4,20	0,70	25,80	126,00
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	7,17	1,00	5,10	2,30	60,00
2008	103	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	270/10	29,28	8,40	8,80	13,40	168,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	230/5	65,74	21,10	19,00	26,10	361,00
2008	410	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200/10	4,54	0,10	0,10	12,90	54,00
Итого				111,94	34,80	33,70	80,50	769,00
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	100	18,80	10,70	8,80	59,90	361,00
2008	442	СОК	200	31,09	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого				49,89	11,70	9,00	79,70	447,00
Ужин								
2008		ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ	60	5,22	4,20	0,70	25,80	126,00
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180/5	26,16	12,50	11,70	45,30	338,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50/40/10	14,78	2,90	9,50	21,30	185,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	11,22	1,80	0,00	12,40	56,00
Итого				57,38	21,40	21,90	104,80	705,00
Всего				294,40	81,90	88,10	355,70	2 561,00