

# МЕНЮ

28 сентября 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	24,92	5,70	12,90	23,40	234,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50/40/10	19,63	1,70	14,60	12,10	188,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200/10	21,04	5,00	4,70	20,50	145,00
<b>Итого</b>				<b>65,59</b>	<b>12,40</b>	<b>32,20</b>	<b>56,00</b>	<b>567,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАТОН	100	6,62	4,00	1,80	30,10	157,00
2008	442	СОК	200	31,09	1,00	0,20	19,80	86,00
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	200	13,59	0,50	0,50	12,10	58,00
<b>Итого</b>				<b>51,30</b>	<b>5,50</b>	<b>2,50</b>	<b>62,00</b>	<b>301,00</b>
<b>Обед</b>								
2008		ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ	60	4,76	3,80	0,60	23,50	115,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	11,16	0,50	0,10	1,00	8,00
2008	102	СУП ФАСОЛЕВЫЙ НА М/К Б-НЕ	270	38,16	15,10	11,40	28,80	280,00
2008	256	КУРА ПО СТРОГОНОВСКИ	100/30	106,78	35,30	45,90	8,40	589,00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155/5	15,72	7,40	7,60	47,00	286,00
2008	410	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200/10	3,42	0,10	0,10	11,90	49,00
<b>Итого</b>				<b>180,00</b>	<b>62,20</b>	<b>65,70</b>	<b>120,60</b>	<b>1 327,00</b>
<b>Полдник</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	100/20	126,92	43,90	27,80	54,00	643,00
2008	435	РЯЖЕНКА	200	39,96	3,00	4,00	4,20	65,00
<b>Итого</b>				<b>166,88</b>	<b>46,90</b>	<b>31,80</b>	<b>58,20</b>	<b>708,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ	60	4,76	3,80	0,60	23,50	115,00
2020	5	РЫБА ЖАРЕННАЯ	80	17,94	6,50	10,50	10,50	162,00
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/5	13,33	2,80	7,10	28,80	190,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50/40/10	23,61	4,10	15,70	30,20	283,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	3,08	0,40	0,00	9,50	40,00
<b>Итого</b>				<b>62,72</b>	<b>17,60</b>	<b>33,90</b>	<b>102,50</b>	<b>790,00</b>
<b>Всего</b>				<b>526,49</b>	<b>144,60</b>	<b>166,10</b>	<b>399,30</b>	<b>3 693,00</b>