

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	
Завтрак								
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
Итого				65,59	12,40	32,20	56,00	567,00
II Завтрак								
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
Итого				51,30	5,50	2,50	62,00	301,00
Обед								
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
Итого				180,00	62,20	65,70	120,60	1 327,00
Полдник								
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
Итого				166,88	46,90	31,80	58,20	708,00
Ужин								
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
Итого				62,72	17,60	33,90	102,50	790,00
Всего				526,49	144,60	166,10	399,30	3 693,00