



"14" октября 2024 г.

7-11 лет

1 день

| Сбор- ник рецеп- тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал |
|-------------------------------|---------------------|--|-------|---------------|-------------------|--------------|------------------|--|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 42 | 27.63 | 4.90 | 7.40 | 12.70 | 137.00 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 10.13 | 5.00 | 4.50 | 0.30 | 61.00 |
| 2011 | 174 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА | 200 | 32.90 | 5.60 | 10.40 | 40.30 | 278.00 |
| 2021 | 12 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 19.26 | 4.20 | 3.30 | 14.90 | 108.00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1.32 | 1.50 | 0.10 | 10.00 | 47.00 |
| Итого | | | | 91.24 | 21.20 | 25.70 | 78.20 | 631.00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60 | 12.27 | 0.70 | 0.10 | 2.30 | 14.00 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 11.30 | 2.20 | 5.80 | 13.10 | 116.00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 90 | 88.21 | 13.50 | 15.50 | 3.30 | 206.00 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 27.77 | 3.30 | 5.30 | 22.30 | 137.00 |
| 2021 | 10 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 3.41 | 0.00 | 0.00 | 9.70 | 39.00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3.30 | 3.80 | 0.30 | 25.10 | 118.00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2.93 | 2.70 | 0.40 | 17.00 | 82.00 |
| Итого | | | | 149.19 | 26.20 | 27.40 | 92.80 | 712.00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2023 | 55 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ | 100 | 48.85 | 8.10 | 2.50 | 40.00 | 278.00 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 26.40 | 1.00 | 0.20 | 20.20 | 86.00 |
| Итого | | | | 75.25 | 9.10 | 2.70 | 60.20 | 364.00 |
| Всего | | | | 315.68 | 56.50 | 55.80 | 231.20 | 1,707.00 |

Повар Ткачук Т.А. (Ткачук Т.А.)