

3-7 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
	Завтрак						
2015	182	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150/5	3,40	5,50	19,10	136,00
2004	694	КАКАО С МОЛОКОМ	195	4,90	4,90	20,80	145,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,90	15,40	80,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,30	3,00	0,00	36,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00
Итого				13,00	22,60	55,40	472,00
	II Завтрак						
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	46,00
Итого				0,50	0,10	10,10	46,00
	Обед						
2004		ОВОЩИ ПОРЦИОННО	28	0,20	0,00	0,70	4,00
2004	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	12,10	22,70	14,70	141,00
2004	139	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	15,00	44,00	0,00	126,00
2004	516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,30	4,50	24,90	154,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,10	0,00	19,80	80,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,00
Итого				33,70	71,50	72,80	566,00
	Полдник						
2008		ПЕЧЕНЬЕ	28	2,00	2,60	20,10	112,00
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	250	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				2,00	2,60	20,10	112,00
Всего				49,20	96,80	158,40	1 196,00

повар