

дионова К.В./

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	5,37	4,96	15,84	130,02	0,78
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,01	0,00	11,65	46,74	0,14
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60	4,13	4,87	27,05	168,64	0,00
Итого			445	9,51	9,83	54,54	345,40	0,92
II Завтрак								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,73	0,06	6,76	31,21	1,16
Итого			60	0,73	0,06	6,76	31,21	1,16
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,33	2,45	14,93	91,38	5,24
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	85	15,11	5,26	0,27	109,14	0,32
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	145	3,53	6,49	37,02	220,71	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,62	0,29	23,84	112,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,13	0,15	7,23	34,79	0,00
Итого			675	25,72	14,64	97,33	624,63	5,56
Полдник уплотненный								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНые С КАРТОШКОЙ	100	5,10	2,50	30,00	163,00	4,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	0,76	0,15	15,00	65,15	3,03
2008		ЯБЛОКО <i>(для дежурн. групп)</i>	128	0,51	0,51	12,51	59,98	12,76
Итого			380	6,37	3,16	57,51	288,13	19,79
Всего				42,33	27,69	216,14	1 289,37	27,43

Повар

Сагоцкая Н.А.