



директор
Перинская ОЦ
Смирнова Е. Ю./

МЕНЮ

11 июня 2024 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,8	9,4	20,4	183
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,3	37
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,6	1,4	23,4	118
Итого				9,5	10,8	53,1	338
Обед							
1994	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,6	3,8	13,4	101
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,2	6,9	35,5	230
1994	401	ГУЛЯШ	30/30	8,9	9,1	2,3	121
2010	92	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	180			18,2	72
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
Итого				24	20,2	90,6	626
Полдник							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,3	29
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	74	6,8	6,1	41,1	241
Итого				6,8	6,1	48,4	270
Всего				40,3	37,1	192,1	1234

Лапина Е.Н. Виноградова Е.А.