

Согласовано



директор
"Беседская ООШ"
Сафиханова И.В./

МЕНЮ

31 января 2025 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,6	7,5	26,4	196	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,5	16,1	100	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/5	2,5	5,1	17	124	0
Итого			418	11,2	15,1	59,5	420	1,1
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	10,4	50	10,6
Итого			100	0,4	0,4	10,4	50	10,6
Обед								
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	9	10	18,6	202	4
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	14,1	5,2	9,7	144	0,5
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	3,4	4,9	19,1	135	14,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
Итого			688	29,4	20,5	72,4	598	21,2
Полдник								
2008	467	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	110	7,9	10,3	57,7	356	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,5	8,6	97	0,9
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			390	13,3	15,2	76,1	500	11,1
Всего				54,3	51,2	218,4	1568	44