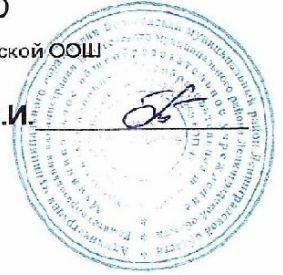


УТВЕРЖДАЮ

Директор Торосовской ООШ

Поплавская О.И.



МЕНЮ

03.12.2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ	200	5,9	7,3	27,6	200	0,8
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,1	4,2	16,1	122	0,9
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	1,9	4,8	12,9	103	0
Итого			430	12,9	16,3	56,6	425	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,9	7,4	14,3	153	15,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,3	12,7	29,4	290	14,7
2008	56	СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	50	1,6	4,4	9,9	87	4,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			688	24,3	24,8	79,4	647	34,7
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	100	6,8	10,2	5,3	140	0,3
2008	411	ЧАЙ	200	0,1		7	28	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
Итого			325	8,8	10,9	25,2	234	0,3
Всего				46,8	52,2	176,4	1371	39,7

медсестра Шопперт Лариса Викторовна

повар Пузикова ЕВ, Трандина НА