

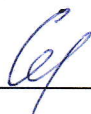
МЕНЮ

16 сентября 2024 г.

Ясли 12 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	3,20	2,80	27,67	148,01	0,05
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	27/6/4	2,86	6,27	13,71	123,07	0,01
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	0,78	0,80	10,77	53,46	0,04
Итого			337	6,84	9,87	52,15	324,54	0,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	0,35	0,07	7,03	29,94	1,39
Итого			70	0,35	0,07	7,03	29,94	1,39
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,34	1,82	1,80	25,29	0,54
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	5,81	8,06	12,82	148,20	14,98
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	127	8,95	11,31	24,00	233,47	0,81
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,73	22,93	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			547	17,75	21,54	61,31	511,47	16,33
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	149	4,18	3,60	6,92	77,79	0,77
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	23	1,75	2,29	17,36	97,30	0,00
Итого			172	5,93	5,89	24,28	175,09	0,77
Ужин								
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	128	9,96	8,08	3,14	125,40	0,16
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	173	0,00	0,00	12,54	50,16	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,18	0,18	14,31	67,54	0,00
Итого			330	12,14	8,26	29,99	243,10	0,16
Всего				43,01	45,63	174,76	1 284,14	18,75

Отвественный за питание _____



Седова Кристина Илларионовна