

МЕНЮ

5 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	160	2,89	4,48	12,06	100,86	0,53
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И ЯЙЦОМ	35/5	4,91	6,67	14,91	139,45	0,00
Итого			360	7,80	11,15	36,65	279,01	0,53
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	134	0,54	0,54	13,16	63,10	13,43
Итого			134	0,54	0,54	13,16	63,10	13,43
Обед								
2008	76	БОРЩ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ	160	5,16	9,34	7,50	139,49	4,45
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	9,06	6,49	5,33	116,00	0,34
2008	124	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	95	1,48	3,27	2,46	45,64	0,27
2008	19	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	0,46	2,53	3,96	40,69	9,38
2008	438	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160	0,04	0,00	9,82	40,18	0,72
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			545	18,85	21,98	46,03	463,58	15,16
Полдник								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	160	5,85	5,23	25,69	173,64	0,52
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008	73	ГРЕНКИ	6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			326	5,85	5,23	35,37	212,34	0,52
Всего				33,04	38,90	131,21	1 018,03	29,64

Мамонтова О.Ю.