

МЕНЮ

10 января 2025 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 РИСОВАЯ | 160 | 4,68 | 5,56 | 28,21 | 182,33 | 0,57 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,19 | 0,00 | 13,31 | 54,00 | 0,04 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35/6 | 2,96 | 5,87 | 18,05 | 137,14 | 0,00 |
| Итого | | | 381 | 7,83 | 11,43 | 59,57 | 373,47 | 0,61 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 103 | 0,52 | 0,10 | 10,44 | 44,43 | 2,07 |
| Итого | | | 103 | 0,52 | 0,10 | 10,44 | 44,43 | 2,07 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 92 | СУП РЫБНЫЙ | 160 | 0,91 | 6,07 | 6,68 | 84,99 | 3,26 |
| 2008 | 290 | ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ | 55 | 8,67 | 7,03 | 6,00 | 132,34 | 5,00 |
| 2008 | 258 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 100 | 1,95 | 3,06 | 15,78 | 98,60 | 7,97 |
| 2021 | 2 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 45 | 0,66 | 3,38 | 3,84 | 48,27 | 1,80 |
| 2008 | 438 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 160 | 0,00 | 0,00 | 12,90 | 51,59 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 |
| Итого | | | 560 | 14,84 | 19,89 | 62,16 | 497,37 | 18,03 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ | 160 | 5,70 | 8,62 | 30,64 | 223,67 | 0,57 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,07 | 0,00 | 13,04 | 52,39 | 0,01 |
| 2008 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 20 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 | 0,00 |
| Итого | | | 360 | 7,27 | 10,58 | 58,56 | 359,46 | 0,58 |
| Всего | | | | 30,46 | 42,00 | 190,73 | 1 274,73 | 21,29 |

Мамонтова О.Ю.