

МЕНЮ

10 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ С СЫРОМ | 135 | 10,77 | 14,60 | 3,64 | 189,97 | 0,39 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 160 | 0,05 | 0,00 | 9,79 | 39,30 | 0,01 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35/5 | 2,43 | 4,43 | 14,77 | 108,80 | 0,00 |
| Итого | | | 335 | 13,25 | 19,03 | 28,20 | 338,07 | 0,40 |
| 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 | 99 | СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ | 160 | 8,33 | 7,95 | 14,42 | 162,75 | 3,21 |
| 2008 | 351 | РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ, В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 160 | 9,61 | 11,49 | 16,53 | 212,49 | 15,51 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 160 | 0,04 | 0,00 | 12,25 | 49,86 | 0,72 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 |
| Итого | | | 520 | 20,63 | 19,79 | 60,16 | 506,68 | 19,44 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 311 | ГРЕЧА ПО-КУПЕЧЕСКИ С КУРОЙ | 160 | 13,10 | 17,92 | 19,61 | 292,29 | 1,39 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 160 | 0,05 | 0,00 | 9,79 | 39,30 | 0,01 |
| Итого | | | 320 | 13,15 | 17,92 | 29,40 | 331,59 | 1,40 |
| Всего | | | | 47,57 | 57,28 | 130,92 | 1 239,44 | 34,67 |

Мамонтова О.Ю.