

МЕНЮ

15 января 2025 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	112	МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ	160	5,32	5,46	23,47	165,02	0,68
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,05	0,00	12,22	48,98	0,01
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/5/5	3,49	5,77	14,77	125,36	0,03
Итого			390	8,86	11,23	50,46	339,36	0,72
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	100	2,81	3,10	4,56	58,20	0,52
2008	73	ГРЕНКИ	5	0,39	0,05	2,39	11,54	0,00
Итого			105	3,20	3,15	6,95	69,74	0,52
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРЬ	160	8,03	7,67	14,58	159,66	3,27
2008	312	КУРА ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	50	8,81	10,48	1,17	136,72	0,79
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	100	4,27	5,12	19,24	139,80	0,00
2008	438	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160	0,04	0,00	12,25	49,86	0,72
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			510	23,80	23,62	64,20	567,62	4,78
Полдник								
2008	304	ГОЛУБЦЫ С КУРОЙ И РИСОМ, В СМЕТАННОМ СОУСЕ	165	10,21	11,76	13,65	203,28	13,11
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	165	0,05	0,00	12,22	48,98	0,01
Итого			350	11,86	11,96	35,69	299,86	13,12
Всего				47,72	49,96	157,30	1 276,58	19,14

Мамонтова О.Ю.