

МЕНЮ

16 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								
2016		ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЁНЫМ МОЛОКОМ	135	22,06	19,38	25,76	373,24	0,29
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	1,85	1,60	12,75	73,27	0,34
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	36/6	2,91	5,31	17,73	130,56	0,00
Итого			337	26,82	26,29	56,24	577,07	0,63
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	100	2,97	2,56	4,91	55,26	0,55
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	6	0,47	0,06	2,86	13,85	0,00
Итого			106	3,44	2,62	7,77	69,11	0,55
Обед								
2008	95	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ, СМЕТАНОЙ	160	6,07	8,32	6,75	128,50	8,18
2008	258	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С КУРОЙ	150	12,35	14,50	19,06	256,55	9,95
2021	2	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	30	0,44	2,03	2,56	30,20	1,20
2008	441	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	160	0,10	0,06	11,32	47,50	1,40
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			540	21,61	25,26	56,65	544,33	20,73
Полдник								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ	160	5,69	4,71	30,00	185,73	0,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	129	0,51	0,51	12,60	60,41	12,85
Итого			479	8,45	8,16	74,60	409,94	13,37
Всего				60,32	62,33	195,26	1 600,45	35,28

Мамонтова О.Ю.