

МЕНЮ

17 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	160	5,83	5,39	24,75	171,35	0,57
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,05	0,00	12,22	48,98	0,01
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	2,43	4,43	14,77	108,80	0,00
Итого			360	8,31	9,82	51,74	329,13	0,58
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	100	2,81	3,10	4,56	58,20	0,52
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			130	4,58	4,51	27,06	168,00	0,52
Обед								
2008	99	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРОЙ	160	4,63	7,43	6,16	110,47	6,43
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	55	7,44	16,03	5,50	195,92	0,34
2008	181	РИС РАССЫПЧАТЫЙ	100	2,49	3,49	26,48	147,56	0,00
2008	438	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160	0,04	0,00	12,25	49,91	1,80
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			515	17,25	27,30	67,35	585,44	8,57
Полдник								
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ И ЯЙЦОМ	110	8,56	12,50	21,59	233,46	0,15
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	165	0,05	0,00	12,22	48,98	0,01
2008	439	СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	128	0,51	0,51	12,51	59,99	12,76
Итого			403	9,12	13,01	46,32	342,43	12,92
Всего				39,26	54,64	192,47	1 425,00	22,59

Мамонтова О.Ю.