

МЕНЮ

18 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								
2008	189	КАША МОЛЧНАЯ ПШЁННАЯ	160	5,61	6,34	28,86	195,69	0,54
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	1,85	1,60	12,75	73,27	0,34
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/6/4	3,27	6,32	14,78	129,53	0,03
Итого			365	10,73	14,26	56,39	398,49	0,91
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	127	0,51	0,51	12,43	59,61	12,68
Итого			127	0,51	0,51	12,43	59,61	12,68
Обед								
2008	99	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРОЙ	160	6,43	8,08	9,81	137,75	2,98
2008	304	ЁЖИКИ МЯСНЫЕ	70	7,89	17,74	5,00	211,25	0,34
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	95	2,39	4,55	6,72	81,35	20,43
2008	438	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	160	0,09	0,06	11,29	47,10	1,21
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			525	19,45	30,78	49,78	559,03	24,96
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ С ВАРЕНЬЕМ	60/14	6,75	8,36	43,21	273,38	0,48
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			234	6,75	8,36	52,89	312,08	0,48
Всего				37,44	53,91	171,49	1 329,21	39,03

Мамонтова О.Ю.