

МЕНЮ

20 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	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	160	4,67	5,25	20,19	147,17	0,68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	165	0,05	0,00	12,22	48,98	0,01
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/6/4	3,49	5,77	14,77	125,36	0,03
Итого			370	8,21	11,02	47,18	321,51	0,72
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	100	2,81	3,10	4,56	58,20	0,52
2008	73	ГРЕНКИ	5	0,32	0,04	2,06	9,89	0,00
Итого			105	3,13	3,14	6,62	68,09	0,52
Обед								
2008	85	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КУРОЙ	160	4,37	7,65	5,69	109,32	2,90
2008	311	ПЛОВ С КУРОЙ	165	9,37	10,75	24,46	232,23	0,86
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160	0,37	0,14	16,94	77,41	40,72
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ФОРМОВОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			525	16,76	18,89	64,05	500,54	44,48
Полдник								
2008	258	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С КУРОЙ	150	12,57	16,03	19,20	271,88	10,03
2021	2	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	0,74	5,05	4,32	65,57	2,02
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	165	0,00	0,00	12,11	48,38	0,00
Итого			365	13,31	21,08	35,63	385,83	12,05
Всего				41,41	54,13	153,48	1 275,97	57,77

Мамонтова О.Ю.