

МЕНЮ

23 апреля 2024 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	184	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ	160	5,65	5,13	29,00	185,53	0,53
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И ЯЙЦОМ	35/5	4,91	6,67	14,91	139,45	0,00
Итого			360	10,56	11,80	53,59	363,68	0,53
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	143	0,57	0,57	14,01	67,21	14,30
Итого			143	0,57	0,57	14,01	67,21	14,30
Обед								
2008	99	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРОЙ	160	4,94	7,70	6,14	114,15	6,36
2016		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	8,93	6,44	1,02	97,84	0,19
2008	124	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	90	3,31	3,59	17,76	117,16	8,06
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	160	0,28	0,11	15,55	64,49	0,98
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			505	20,11	18,19	57,43	475,22	15,59
Полдник								
2008	265	ПЛОВ С КУРОЙ	160	9,08	12,82	24,91	251,57	1,27
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			340	10,68	13,02	44,41	337,87	1,27
Всего				41,92	43,58	169,44	1 243,98	31,69

Мамонтова О.Ю.