

МЕНЮ

31 января 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор- ник рецеп- тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---|------------|-------------------|--------------|------------------|--|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, 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 | | СВЕЖИЕ ФРУКТЫ | 72 | 1,08 | 0,36 | 15,06 | 68,86 | 7,17 |
| Итого | | | 72 | 1,08 | 0,36 | 15,06 | 68,86 | 7,17 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 99 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРОЙ | 160 | 4,08 | 7,30 | 2,78 | 93,57 | 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 СВЕЖИХ ФРУКТОВ | 160 | 0,11 | 0,07 | 13,92 | 57,93 | 2,50 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 |
| Итого | | | 515 | 16,77 | 27,24 | 65,64 | 576,56 | 9,27 |
| 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 |
| Итого | | | 275 | 8,61 | 12,50 | 33,81 | 282,44 | 0,16 |
| Всего | | | | 34,77 | 49,92 | 166,25 | 1 256,99 | 17,18 |

Мамонтова О.Ю.