

МЕНЮ

31 января 2025 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	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.