

МЕНЮ
8 февраля 2024 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША ДРУЖБА МОЛОЧНАЯ	155	4,7	7,5	20,1	168	1,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,1	5,4	7,7	85	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/	0,2	0,1	12,6	52	2,5
Итого			350	6	13	40,4	305	4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	0,8
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	15	0,2	1,8	1	21	3,3
2008	107	СУП С КРУПОЙ	150	1,8	1,6	10,3	62	0,4
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	18,1	19,5	3,1	261	1,2
2008	324	КАША ПШЕНИЧНАЯ ПОЛПТАВСКАЯ	90	2,9	1,5	17,3	94	0
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,7	0,1	4,7	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	14	0,9	0,1	5,9	28	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	12,8	54	1,4
Итого			529	24,7	24,7	55,1	542	6,3
Полдник								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,7	1,1	22,2	113	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,1	1,8	17,7	96	0,7
Итого			200	5,8	2,9	39,9	209	0,7
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	4,4	5,5	14,2	124	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,9	0,1	5,5	26	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	155/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			400	5,5	5,7	32,1	200	0
Всего				42,5	46,4	177,4	1299	11,8