

МЕНЮ
24 января 2024 г.**Ясли 12 часов**

Сбор- ник реце- п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	140	3,3	3,1	15,2	102	0,3
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	26	1,1	2,5	7,6	58	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/	0,2	0,1	12,6	52	2,5
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	19	2,4	2,1	0,1	29	0
Итого			350	7	7,8	35,5	241	2,8
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	25	0,3	1,5	1,8	22	0,8
2012	67	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,9	1,3	11,1	64	10,1
2008	259	ГУЛЯШ	55/50	18,2	19	5,3	264	1,7
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	100	4,4	3,6	25,6	152	0
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,1	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	7	0,5	0,1	3,1	15	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	130			10	40	0
Итого			534	26,6	25,6	65	595	12,6
Полдник								
		КЕКС СТОЛИЧНЫЙ	50	2	5,1	12,8	104	0
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,2	2,8	5,3	60	0,6
Итого			200	5,2	7,9	18,1	164	0,6
Ужин								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	1,9	1,4	12,4	70	0
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	6,5	4,8	6,2	100	4,6
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	7	0,5	0,1	3,1	15	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			402	9,1	6,4	34,1	235	4,6
Всего				48,3	48,1	161,3	1276	29,4