

МЕНЮ

7 марта 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	190	КАША ДРУЖБА МОЛОЧНАЯ	150	4,7	7,5	20,1	168	1,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	28	3	4,2	5,3	72	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/	0,2	0,1	12,6	52	2,5
Итого			350	7,9	11,8	38	292	4,1
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								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	150	1,8	1,5	9,7	59	2,4
2008	265	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	120	8,2	8,6	21	194	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,3		1,6	8	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,4	0,1	2,6	13	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	10,2	43	1,2
Итого			455	10,8	10,3	45,1	317	3,9
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	80	11	9,2	11,6	174	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	120	0,1	0,1	10,1	41	0
Итого			200	11,1	9,3	21,7	215	0,1
Ужин								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	190	1,8	0,8	11,8	62	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4		2,7	13	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	165/15	0,2	0,1	13,5	54	0
Итого			400	2,4	0,9	28	129	0
Всего				32,7	32,4	142,7	996	8,9