

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

Сбор- ник реце- п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- т ическая ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5,2	8	1,8	100	0,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	28	3,6	9	7,8	128	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/	0,2	0,1	12,6	52	2,5
Итого			350	9	17,1	22,2	280	2,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	11,7	50	1
Итого			100	0,6	0,1	11,7	50	1
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК_ЗЕЛЕНый	17	0,5		1,1	7	0,7
2012	70	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	150	2,1	6,2	10,9	110	9,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	45	9,9	8,5	0,8	120	0,3
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	100	4,4	3,6	25,6	152	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,2	30	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	8	0,6	0,1	4,1	19	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150			7,7	31	0
Итого			485	18,5	18,5	56,4	469	10,5
Полдник								
2012	496	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	50	3	4,6	24,9	153	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,3	1,9	7,4	57	0,4
Итого			200	5,3	6,5	32,3	210	0,4
Ужин								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4	6,5	22,3	164	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	0,6	0,1	4,1	19	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			400	4,8	6,7	38,8	233	1
Всего				38,2	48,9	161,4	1242	15,7