

МЕНЮ

11 апреля 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	155	4,6	6,2	20,7	157	1
2012	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	0,4	0,2	2,9	15	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15			6,9	28	0
Итого			350	5	6,4	30,5	200	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100					0
Итого			100					0
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	5,3	0,3	12,7	75	1,1
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	7,8	1,6	0,9	49	0,1
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	70	2,7	3	17,1	105	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,1	7,5	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	5	0,3		2	10	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			6,6	26	0
Итого			450	17,3	5	46,8	300	1,2
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	2,1	0,8	24,1	111	6,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			215	2,3	0,9	39,1	171	6,2
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	85	0,6		2,3	11	0,7
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	5,2	2,6	2,1	58	3,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3		2	10	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	14,6	59	0
Итого			400	6,3	2,7	21	138	4,3
Всего				30,9	15	137,4	809	12,7