

МЕНЮ
26 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	155	4,6	6,2	20,7	157	1
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			350	8	10,4	40,1	269	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	312	КУРИЦА, ТУШЕННАЯ	50	13,6	15,4		194	0,6
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	4,6	4,3	15,1	117	3,7
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	3,9	4,5	27,6	166	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	150			17,3	69	0
Итого			500	26,3	24,7	87,3	676	4,3
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	50	5,7	5,1	30,2	160	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			200	6,2	5,2	40,1	203	2
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	170	7,5	9,1	21,5	199	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			400	9,7	9,5	49,2	320	0
Всего				50,6	50,2	226,5	1515	17,3