МАДОУ "ЦРР Д/С №9"

МЕНЮ

11 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА СГ/МОЛОКЕ	150	2,66	5,12	29,37	174,30	0,07
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	29/5/4	3,00	6,04	14,84	126,04	0,01
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГ/МОЛОКЕ	150	1,13	1,18	10,31	56,53	0,06
Итого			**338**	**6,79**	**12,34**	**54,52**	**356,87**	**0,14**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	81	0,40	0,08	8,16	34,74	1,62
Итого			**81**	**0,40**	**0,08**	**8,16**	**34,74**	**1,62**
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	15	0,12	0,02	0,26	1,98	0,76
2008	83	ЩИ РЫБНЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	180	5,80	4,97	13,59	123,23	17,35
2008	323	ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	168	10,26	10,92	19,88	218,47	0,62
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,42	21,67	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,60	0,34	16,62	79,95	0,00
Итого			**552**	**18,78**	**16,25**	**55,77**	**445,30**	**18,73**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	145	4,29	3,70	7,10	79,84	0,79
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	44	4,32	2,61	38,12	193,18	0,14
Итого			**189**	**8,61**	**6,31**	**45,22**	**273,02**	**0,93**
Ужин								
2008	225	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ	157/20	21,84	14,00	14,62	276,87	0,42
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	167	0,09	0,00	5,59	22,73	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,14	0,17	14,05	66,31	0,00
Итого			**372**	**24,07**	**14,17**	**34,26**	**365,91**	**0,44**
Всего				**58,65**	**49,15**	**197,93**	**1 475,84**	**21,86**

Отвественный за питание _____ Седова Кристина Илларионовна