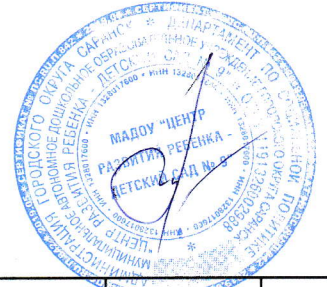


МЕНЮ

28 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	4,83	6,99	23,09	175,17	0,43
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/6/4	1,95	3,94	13,22	96,27	0,00
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	130	2,51	2,12	12,02	77,77	0,43
Итого			315	9,29	13,05	48,33	349,21	0,86
Обед								
2008	47	САЛАТ ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	66	5,16	0,49	11,55	73,23	2,03
2008	83	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ	180	4,64	12,75	9,36	174,40	5,70
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	109	8,77	11,16	2,40	145,24	1,32
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,16	4,14	22,54	140,38	11,08
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	8,07	32,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,67	0,35	17,10	82,26	0,00
Итого			700	24,40	28,89	71,02	647,76	20,13
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	125	3,69	3,17	6,10	68,62	0,68
2008		ПРЯНИКИ	34	2,03	1,61	25,75	125,66	0,00
Итого			159	5,72	4,78	31,85	194,28	0,68
Ужин								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	127	8,88	8,50	1,17	116,92	0,11
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	245	0,10	0,00	8,27	33,45	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,16	0,18	14,22	67,10	0,00
Итого			400	11,14	8,68	23,66	217,47	0,13
Всего				50,55	55,40	174,86	1 408,72	21,80

Отвественный за питание _____

Седова Кристина Илларионовна