

МЕНЮ

4 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	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	2,84	2,70	24,77	134,34	0,07
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	23/3/4	2,54	4,46	11,74	97,47	0,01
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	1,00	1,08	11,69	60,49	0,05
Итого			330	6,38	8,24	48,20	292,30	0,13
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	70	0,35	0,07	7,03	29,91	1,39
Итого			70	0,35	0,07	7,03	29,91	1,39
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	15	0,12	0,02	0,26	1,98	0,76
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	5,06	8,47	11,28	142,64	14,41
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	126	7,84	10,63	24,02	223,42	0,95
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,05	20,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,56	0,34	16,40	78,92	0,00
Итого			510	15,58	19,46	57,01	467,16	16,12
Полдник								
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	48	3,66	0,62	27,25	129,24	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	143	4,02	3,46	6,64	74,70	0,74
Итого			191	7,68	4,08	33,89	203,94	0,74
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	45	10,88	4,97	3,94	104,18	0,21
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	167	3,53	2,89	24,40	138,17	11,89
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	157	0,09	0,00	11,11	44,78	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,09	0,17	13,74	64,87	0,00
Итого			396	16,59	8,03	53,19	352,00	12,12
Всего				46,58	39,88	199,32	1 345,31	30,50

Ответственный за питание _____

Седова Кристина Илларионовна