

МЕНЮ

5 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	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,07	5,98	24,74	173,51	0,45
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,51	2,10	9,78	68,53	0,45
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	23/5/4	2,57	5,58	11,84	108,20	0,01
Итого			332	10,15	13,66	46,36	350,24	0,91
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	48	1,33	1,59	7,23	48,89	4,17
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,37	10,56	10,46	161,30	4,11
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С КУРИЦЕЙ	211	10,35	8,95	17,57	193,66	27,49
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,37	21,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,87	0,38	18,37	88,38	0,00
Итого			632	19,92	21,48	59,00	513,73	35,77
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	129	3,81	3,29	6,31	71,03	0,70
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	24	1,78	2,32	17,63	98,83	0,00
Итого			153	5,59	5,61	23,94	169,86	0,70
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100/30	20,62	12,84	7,86	236,78	0,41
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	171	0,08	0,00	4,83	19,61	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,35	0,19	15,43	72,80	0,00
Итого			332	23,05	13,03	28,12	329,19	0,43
Всего				58,71	53,78	157,42	1 363,02	37,81

Отвественный за питание _____

Седова Кристина Илларионовна