



МЕНЮ

12 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4	4,8	17,5	129	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,3	9,3	69	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,2	88	0
Итого			334	10	8,6	42	286	1
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150/9	5,3	5,7	14,4	133	3,7
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	8,4	7,8	15	165	7,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,6	75	0
Итого			499	16,1	13,8	50,8	396	11,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			180	6,1	5,1	29,5	189	0,8
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	17,4	14,5	24,1	302	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,5	50	0
Итого			330	19,1	14,6	40,6	376	0,3
Всего				51,3	42,1	162,9	1247	13,7

Повар Маш