



МЕНЮ

1 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	187	КАША ПШЁННАЯ	150	5	6,1	21,3	162	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	10,1	75	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,4	5,5	15,1	124	0
Итого			339	11,3	14	46,5	361	1
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,6	6,9	7,7	114	4
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	9,3	13,1	29,2	273	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			499	16,6	20,4	60,3	495	4,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	5,3	3,3	30,1	172	0,1
Итого			200	9,6	7	37,1	251	0,9
Ужин								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,9	5,3	24	164	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,1	62	0
Итого			330	11,9	10	44,4	315	0
Всего				49,4	51,4	188,3	1422	6,7

Повар _____