



МЕНЮ

1 октября 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	6,4	18,4	147	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,3	9,2	68	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/5/4	3,3	1,5	14,8	86	0
Итого			339	9,9	10,2	42,4	301	1
Обед								
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,8	6,6	8,4	115	4,2
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	8,5	8,9	15,6	177	8,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			499	15,7	15,8	45,2	389	12,4
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	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	19,1	15,6	18,2	293	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,5	54	0
Итого			330	20,9	15,7	43,5	402	0,3
Всего				52,6	46,8	160,6	1281	14,5

Повар _____