



МЕНЮ
2 апреля 2025 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 ПШЕННАЯ	150	4,6	5	20,7	147	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		5,4	22	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,2	1,5	14,1	83	0
Итого			334	7,9	6,5	40,2	252	0,4
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	4,2	11,5	103	3,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	3,7	22,1	141	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	60	6,3	6,9	2,3	98	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,3	69	0
Итого			499	17,8	15,1	55,1	430	4,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	2,5	40,7	205	0,1
Итого			200	9,7	6,2	47,7	284	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,7	1	2,9	23	1,4
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	7,2	7,2	1	99	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,6	45	0
Итого			330	9,5	8,3	19,5	191	1,5
Всего				44,9	36,1	162,5	1157	6,9

Повар Марица