



МЕНЮ

2 августа 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	18,5	148	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,3	10,2	72	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,3	5,5	14,8	123	0
Итого			339	9,9	14,2	43,5	343	1
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	7,4	10,8	131	3,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	4,5	22,1	149	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,6	5,5	2,7	105	6,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,9	72	0
Итого			499	20,2	17,7	57,3	484	10,4
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								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	40	1,1	1,1	5,6	37	3
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	3,8	18,6	145	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,1	0,1	7,5	35	0
Итого			330	11,2	5	39,7	249	3
Всего				47,4	42	170	1265	15,2

Повар 