



МЕНЮ

6 сентября 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,2	6,4	22,8	166	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,4	2	10,2	69	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,5	4,3	15,5	111	0
Итого			335	9,1	12,7	48,5	346	0,8
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,3	7,2	10,8	128	3,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	8,4	8,9	5,7	139	18,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150			7,3	30	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			499	15	16,4	38,6	368	22
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,3	89	0
Итого			175	5	4,5	26,3	168	0,8
Ужин								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	40	0,9	1,9	3,8	37	2,2
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	3,8	18,6	145	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1	0,1	6,6	31	0
Итого			330	10,9	5,8	36	241	2,2
Всего				40	39,4	149,4	1123	25,8

Повар Маш