



МЕНЮ

8 августа 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,9	6,4	22,6	164	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,3	9,3	68	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,6	4,3	15,9	113	0
Итого			335	9,1	13	47,8	345	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,5	6,5	11,5	125	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	2,8	105	6,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			499	20,4	16,8	56,8	473	10,4
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,4	63	0
Итого			180	2	0,2	23,1	102	0
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	18,6	15,8	22,3	310	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,2	13,4	63	0
Итого			330	20,7	16	41,7	397	0,3
Всего				52,6	46,4	178,7	1362	21,2

Повар