



МЕНЮ

11 июля 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	6,3	22,5	163	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,2	68	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,8	5,6	17,5	136	0
Итого			339	10,3	14,1	49,2	367	1
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,7	4	2,8
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,5	6,5	11,4	125	4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2,2	4	14,1	101	6,7
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА	60	9,7	9	2,7	131	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,1	0,3	13,4	64	0
Итого			529	18,7	19,8	47,2	444	13,9
Полдник								
2008	435	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			180	6,5	6,5	28,6	200	0,8
Ужин								
2008	219	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	20,2	16,9	16,3	302	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,1	0,1	7	33	0
Итого			330	21,4	17	38,1	394	0,3
Всего				56,9	57,4	163,1	1405	16

Повар _____