



МЕНЮ

11 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	4,7	17,3	127	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,5	2,1	10,4	71	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,3	1,5	14,9	87	0
Итого			334	9,7	8,3	42,6	285	0,8
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,4	5,2	11,5	112	3,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	3,7	22,1	141	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	7,6	3,4	2,6	80	5,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,2	68	0
Итого			499	19,1	12,6	55,3	420	9,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	2,5	41,7	210	0,1
Итого			200	9,7	6,2	48,7	289	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,7	1	3,8	27	1,8
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	8,4	7,3	1	104	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,4	0,1	9,4	45	0
Итого			330	10,6	8,4	20,2	200	2
Всего				49,1	35,5	166,8	1194	13,2

Повар