



МЕНЮ

12 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	189	КАША ПШЕННАЯ	150	4,6	6,6	21,7	166	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	9,1	66	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,4	5,5	15,3	125	0
Итого			339	10,5	14,3	46,1	357	0,8
Обед								
2008	104	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	5,4	6,3	12	129	4,6
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	90	4,3	3,7	27,4	160	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,6	4,5	2,6	96	6,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150			7,7	31	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,8	0,4	18	87	0
Итого			499	21,1	14,9	67,7	503	11,7
Полдник								
2008		СНЕЖОК	150	4,2	3,6	5,8	77	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,1	11,8	56	0
Итого			180	6	3,7	17,6	133	0
Ужин								
2008	219	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	15,4	14,1	16,6	257	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,1	11,8	56	0
Итого			330	17,3	14,2	42,2	368	0,3
Всего				54,9	47,1	173,6	1361	12,8

Повар Мед