



МЕНЮ

13 февраля 2025 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 ПШЕННАЯ	150	4,7	5	20,8	148	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,2	67	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,3	89	0
Итого			334	10,7	8,7	45,3	304	1
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150	4,7	4,3	11	103	11,8
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	90	4,3	2,9	27,4	153	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	60	6,3	6,9	2,3	98	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	13,9	67	0
Итого			490	17,5	14,4	59,5	440	12,3
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			8,8	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,8	51	0
Итого			180	1,6	0,1	19,6	86	0
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	15,4	13,3	23	278	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,8	51	0
Итого			330	17,1	13,4	39,8	353	0,2
Всего				46,9	36,6	164,2	1183	13,5

Повар Лариса