

Согласовано



МЕНЮ

13 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,2	4,8	20,8	144	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,4	2	10,2	70	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,3	1,5	14,5	85	0
Итого			334	9,9	8,3	45,5	299	0,8
II Завтрак								
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	104	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	5,5	5,4	12	122	4,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	8,6	8,1	6	132	19,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	13,9	67	0
Итого			499	16,3	13,8	37,7	344	24,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			180	6,6	6,6	29,3	204	0,8
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3		0,6	4	1,7
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	3	18,6	138	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1	0,1	6,3	30	0
Итого			330	10,3	3,1	31,5	196	1,7
Всего				44,1	32	164,2	1129	31,4

Повар