



МЕНЮ

21 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,3	4,9	22	149	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		6,3	26	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,6	1,5	16,4	94	0
Итого			334	8	6,4	44,7	269	0,4
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150	4,8	4,3	11,3	105	12
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,2	3,2	13,5	92	6,5
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	9	9,4	2,5	132	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,8	0,2	11,8	57	0
Итого			510	17,8	17,1	44	405	19,1
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			8,8	35	0
2012	479	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	5,3	2,5	31	166	0,1
Итого			200	5,3	2,5	39,8	201	0,1
Ужин								
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,7	3,2	2,8	43	1
		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	1,1	0,1	7,1	33	0
Итого			330	10,8	6,3	34,5	238	1
Всего				41,9	32,3	163	1113	20,6

Повар 