

Согласовано



МЕНЮ

21 августа 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 ПШЕННАЯ	150	4,4	6,4	21,3	162	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,3	1,9	10	67	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,1	5,5	13,7	117	0
Итого			339	9,8	13,8	45	346	0,8
Обед								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,5	5,4	11,5	115	3,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	4,5	22,1	149	0
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,6	4,5	2,6	96	6,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,1	68	0
Итого			499	20,2	14,7	55,2	447	10,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	УГОЛОК С ПОВИДЛОМ	50	5,4	2,5	40,1	204	0,1
Итого			200	9,7	6,2	47,1	283	0,9
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	1	2,7	23	6,3
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	5,7	11,3	1,6	131	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,9	47	0
Итого			330	7,9	12,4	22,2	233	6,5
Всего				47,6	47,1	169,5	1309	18,5

Повар