



МЕНЮ

27 февраля 2025 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	4,5	4,8	20,4	145	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,4	2	8,8	64	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,3	4,3	14,1	104	0
Итого			335	9,2	11,1	43,3	313	0,8
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150	4,8	4,3	11,3	105	12,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2,1	3,2	13,5	91	6,5
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	9,1	9,4	2,7	133	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2	0,3	12,9	62	0
Итого			490	18	17,2	45,3	410	19,2
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			8,8	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,1	11,9	56	0
Итого			180	1,8	0,1	20,7	91	0
Ужин								
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,7	3,1	2,7	41	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	1,8	0,1	11,9	56	0
Итого			330	11,5	6,2	39,2	259	1
Всего				40,5	34,6	148,5	1073	21

Повар Лагуна