



МЕНЮ

29 января 2025 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,9	4,7	21,4	144	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		5,4	22	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,5	1,5	15,8	91	0
Итого			334	7,5	6,2	42,6	257	0,4
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,3	4,4	11,3	102	3,6
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	7,6	7,1	9	132	10,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,3	74	0
Итого			490	14,3	11,8	40,5	327	14,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	8,1	5,5	32,6	212	0,1
Итого			200	12,4	9,2	39,6	291	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,8	1,1	4,3	29	2
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	7,4	7,2	1	100	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,1	21	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,8	46	0
Итого			330	9,8	8,4	20,2	196	2,1
Всего				44	35,6	142,9	1071	17,9

Повар _____