

МЕНЮ

15 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	6,27	6,28	22,53	172,71	0,80
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,48	3,83	14,16	110,04	0,80
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,71	0,05	42,71	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,17	0,27	13,33	64,60	0,00
Итого			335	12,95	15,09	50,07	390,06	1,60
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Итого			95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/15	10,59	6,51	27,94	213,11	5,91
2008	265	ПЛОВ	150	13,72	14,26	30,98	307,35	1,82
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	35	1,04	2,83	3,57	43,85	1,38
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,19	0,04	12,38	50,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,17	0,53	19,68	96,00	0,00
Итого			540	28,71	24,17	94,55	711,30	9,11
Полдник								
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	100	2,11	1,59	3,17	50,74	0,74
Итого			100	2,11	1,59	3,17	50,74	0,74
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	9,72	13,69	5,89	186,57	0,62
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,71	0,05	42,71	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	7,14	29,00	0,02
2008		БАТОН	30	2,17	0,27	13,33	64,60	0,00
Итого			315	12,03	18,67	26,41	322,88	0,64
Всего				56,18	59,90	183,51	1 519,63	21,59