МЕНЮ

9 июля 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	5,48	6,18	23,31	171,60	0,68
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	13	0,05	7,97	0,08	72,29	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			343	8,03	14,45	43,16	335,84	0,70
II Завтрак								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,08	0,04	5,93	24,64	13,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			130	2,33	2,98	28,25	149,74	13,00
Обед								
2012	74	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	150	6,99	5,00	17,03	141,82	6,22
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	60	10,77	23,28	3,63	267,01	0,56
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	3,03	2,91	12,96	94,14	25,96
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,47	0,03	9,38	39,98	0,15
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,00
Итого			520	23,90	31,66	59,40	622,95	32,89
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	100	2,85	2,54	4,59	57,45	0,71
Итого			100	2,85	2,54	4,59	57,45	0,71
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	9,54	16,13	5,86	207,40	0,62
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			310	12,04	16,43	25,63	299,35	0,64
Всего				49,15	68,06	161,03	1 465,33	47,94