

МЕНЮ

11 июля 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	6,06	5,95	20,96	162,50	0,68
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,78	3,23	10,94	88,85	0,68
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			335	12,26	12,78	46,66	352,67	1,36
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	7,13	3,93	27,81	175,64	5,77
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	10,34	3,96	3,42	90,93	0,62
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,08	6,69	20,19	153,52	9,73
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,36	71,69	1,20
Итого			540	23,32	15,05	85,74	573,36	17,32
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	2,48	0,31	15,24	73,88	0,00
Итого			120	2,98	0,41	25,14	116,88	2,00
Ужин								
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	11,87	31,45	5,50	352,78	0,97
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,69	4,61	25,84	167,65	0,00
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			380	20,06	36,36	51,11	612,38	0,99
Всего				59,00	64,98	217,96	1 699,94	31,17