

МЕНЮ

21 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,68	5,75	22,67	165,30	0,68
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,48	0,02	22,44	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			335	8,20	8,53	42,46	279,69	0,70
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,32	44,69	9,51
Итого			95	0,38	0,38	9,32	44,69	9,51
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	8,83	9,50	17,75	196,31	10,51
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	15,71	13,49	0,16	185,18	0,77
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	105	4,26	3,52	19,22	125,29	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	1,68	2,43	6,84	56,14	0,16
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,98	3,27	33,03	1,53
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,46	0,03	9,29	39,60	0,14
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,00
Итого			575	34,13	31,39	72,93	715,55	13,11
Полдник								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,08	0,04	5,93	24,64	13,00
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	2,48	0,31	15,24	73,88	0,00
Итого			120	2,56	0,35	21,17	98,52	13,00
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,53	20,68	2,36	245,83	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,48	0,02	22,44	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			315	15,05	23,46	22,15	360,22	0,02
Всего				60,32	64,11	168,03	1 498,67	36,34