

МЕНЮ
21 августа 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	6,12	6,00	20,10	159,68	0,69
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,84	3,28	9,10	82,16	0,69
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	4	0,86	1,10	0,00	13,54	0,03
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,18	0,84	14,91	75,98	0,00
Итого			339	13,02	14,52	44,14	361,28	1,41
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	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	150	2,53	1,99	17,91	99,91	5,42
2012	254	РЫБА ПОД ОВОЩАМИ	60	9,17	12,42	2,82	160,61	2,31
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,74	3,59	28,74	158,22	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,20	0,05	8,64	36,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			520	17,29	18,40	75,07	536,46	7,73
Полдник								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,08	0,04	3,99	16,90	13,00
Итого			100	0,08	0,04	3,99	16,90	13,00
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	15,90	10,29	23,94	258,85	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	1,71	1,67	9,78	61,03	0,16
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	3,10	12,81	0,02
2008		БАТОН	30	2,18	0,84	14,91	75,98	0,00
Итого			340	19,89	12,80	51,73	408,67	0,34
Всего				50,66	46,14	184,24	1 367,96	31,98