

МЕНЮ

13 января 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,6	5,7	22,4	161	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/4/6	2,4	6,4	10,3	109	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		5,8	24	0,32
Итого			360	7,1	12,1	38,5	294	0,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	86	0,5	0,1	10	43	2
Итого			86	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	44	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (2-Й ВАРИАНТ)	34	0,6	1,4	3,5	30	6,7
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150/6	4,2	3,7	13	103	15,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	111	3	3,3	22,8	133	11,3
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	54	6,7	7,9	6,9	124	0,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3	0,1	12,8	53	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			546	17,5	16,8	76,6	528	33,5
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,6	1	30,2	140	7,8
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	53	1,5	1,3	2,1	28	0,1
Итого			103	4,1	2,3	32,3	168	7,9
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВО- ТВОРОЖНАЯ	83	3,4	4	14,1	104	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	128	3,5	3,8	10,8	93	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6,3	30	6,4
Итого			315	10,3	8,3	51,3	322	7
Всего				39,5	39,6	208,7	1355	51,02

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.