

МЕНЮ
13 марта 2024 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	2,7	4,3	10,1	92	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	28/8	2,5	6,2	9	103	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	152	3,8	4,1	9,8	91	0,6
Итого			338	9	14,6	28,9	286	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	83	0,5	0,1	10	43	2
Итого			83	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	26	0,3	2,7	0,9	29	2,4
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	149/6	2,2	2,1	11,5	76	9,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	98	7,5	5,6	20,4	162	10,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2		9,4	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			468	12,8	10,7	58,8	386	22,3
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	43	3,6	3,8	23,6	143	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	72	2	1,7	2,9	38	0,1
Итого			115	5,6	5,5	26,5	181	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	57/8	9,1	6,5	15	156	0,11
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		4,3	18	0,22
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	76	0,3	0,3	7,1	34	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,1	0,3	20,3	96	0
Итого			363	12,6	7,1	46,7	304	3,33
Всего				40,5	38	170,9	1200	28,63

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.

Моисеева Т.А.