

МЕНЮ

22 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	86	6,8	14,3	1,7	163	0,2
к/к	к/к	КУКУРУЗА САХАРНАЯ	21	0,4		2,2	10	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	31/5/7	2,9	5,8	11,4	109	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	164	4,8	5,1	11,3	111	0,8
Итого			314	14,9	25,2	26,6	393	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	84	0,5	0,1	10	43	2
Итого			84	0,5	0,1	10	43	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	28	0,3	1,1	2,2	20	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	147/6	2,2	1,6	11,7	72	12,4
2008	272	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	44	7,2	7,6	6,8	124	0,2
2008	55	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	102	2,1	2,5	17,6	103	9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			3,2	13	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			517	14,4	13,2	58,5	414	22,3
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	44	3,4	5,4	13,5	116	4,15
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5 %)	86	2,5	2,1	3,6	46	0,3
Итого			130	5,9	7,5	17,1	162	4,45
Ужин								
2008	0610	КРУПЕНИК ГРЕЧНЕВЫЙ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ	63/5	6,3	4	16,1	126	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16,2	77	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	68	0,3	0,3	6,3	30	2,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		3,5	15	0,03
Итого			349	9,2	4,5	42,1	248	2,73
Всего				44,9	50,5	154,3	1260	32,88

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

Моисеева Т.А.