

МЕНЮ

6 февраля 2023 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" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,2	5,9	13	123	0,2
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,7	2,6	10,8	78	0,2
Итого			355	11,2	15,2	33,9	319	0,4
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,8	31	6,9
Итого			100	0,3	0,3	6,8	31	6,9
Обед								
2008	28	МОРКОВЬ С САХАРОМ	40	0,5	0,6	4,4	25	1,8
2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,8	1	12,2	65	5
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	10	11,5	25,1	246	1,6
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	13,1	63	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,3	11,7	62	0
2008	411	КИСЕЛЬ	150			13,1	53	0
Итого			590	16,5	13,6	79,6	514	8,4
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	140	4,8	3,6	7,8	86	0,96
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4	5,4	27,5	176	0,1
Итого			190	8,8	9	35,3	262	1,06
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	10,4	3,6	2,3	83	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2,1		19	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	13,1	63	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		7,9	33	0,7
Итого			380	12,4	5,9	23,3	198	1,2
Всего				49,2	44	178,9	1324	17,96

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,

756-40