

МЕНЮ
7 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	4,9	10	3,5	123	0,4
2008	8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	48	2,8
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	3	9,1	74	0,5
Итого			355	10,2	21	25,6	331	3,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	1,2	1,8	2,9	32	4,2
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180/9	5,3	2,1	13,3	92	2,7
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	165	7,3	10	23,5	214	11,8
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,8	62	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	13,6	72	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		9,3	39	1,3
Итого			604	18,4	14,4	75,4	511	20
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	150	4,3	3,7	6,1	79	1,2
2008		ПРЯНИКИ	32	2	1,6	25,2	123	0
Итого			182	6,3	5,3	31,3	202	1,2
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	130	8	8,5	11,9	158	0,6
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	40	0,9	2,4	5,4	47	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,8	62	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,1	2,2	7,5	59	0,4
Итого			340	12,9	13,3	37,6	326	1,1
Всего				48,8	54,2	190,1	1456	30

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В., 186-28