

МЕНЮ

9 ноября 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	4,4	5,4	15,2	127	0,4
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,5	2,5	10,7	74	0,4
Итого			345	8,6	12,2	35,8	286	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1		14,6	62	344
Итого			200	1		14,6	62	344
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,6	2	2,9	33	2
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/3	2,2	2	17,7	98	8,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	9,9	12,1	10,7	192	17,9
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,3	1,9	2,4	28	0,6
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	150	0,1		13,9	57	8,2
Итого			603	16,5	18,4	68,2	511	37,4
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	129	4,3	3,1	6,9	77	0,9
	17	ПОВИДЛО	20	0,1		12,8	52	0
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			169	6	3,3	29,5	177	0,9
Ужин								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,6	1,7	3,2	31	1,5
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	150	9,1	7,6	3,6	120	1
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,1	20	0
Итого			350	11,1	9,5	18,7	207	2,5
Всего				43,2	43,4	166,8	1243	385,6

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.