

МЕНЮ
10 октября 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	9,9	3,4	122	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	2,7	2,8	8,9	71	0,4
Итого			355	10,1	20,7	25,3	327	3,6
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	62	0,2	0,2	5,3	24	5,4
Итого			62	0,2	0,2	5,3	24	5,4
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	1	2,1	2,4	33	3,6
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,5	1,6	13,7	87	2,9
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	165	8,3	11,5	24,2	233	12,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	12	63	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		9,5	40	1,5
Итого			590	18,3	15,7	75,6	523	20,2
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	123	3,5	3,1	5	65	0,98
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	52	3,9	5,1	38,5	216	0
Итого			175	7,4	8,2	43,5	281	0,98
Ужин								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	130	10,3	9,9	13,5	185	0,8
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	40	0,9	2,6	5,5	49	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,4	2,5	8,1	63	0,4
Итого			340	15,7	15,2	40,9	364	1,3
Всего				51,7	60	190,6	1519	31,48

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Итого: 179 рублей