

МЕНЮ
14 марта 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,3	5,8	16,9	137	0,5
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	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,8	2,8	11,1	80	0,5
Итого			335	8,8	13	37,9	303	1
II Завтрак								
2008	11	БАНАН	100	0,8	0,3	10,7	50	5,6
Итого			100	0,8	0,3	10,7	50	5,6
Обед								
2007	20	САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ КУКУРУЗЫ	40	0,9	2,8	2,7	40	1,2
2008	103	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180/9	2,9	2,4	8,5	67	7,2
2012	292	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	7,4	7,6	6,9	127	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,1	2,9	13,8	90	6,7
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	13,6	72	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	160	0,4	0,1	15,1	63	0
Итого			619	18,3	16,3	74,2	525	15,1
Полдник								
2008	435	КЕФИР	140	4,2	0,1	5,6	44	1,4
2008	10	ПЕЧЕНЬЕ	40	3	4	30	168	0
Итого			180	7,2	4,1	35,6	212	1,4
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО- РИСОВАЯ	130	8,2	10,5	13,6	184	0,3
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ №366	50	1	2,6	5,6	50	0,1
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,6	66	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,7	23	0
Итого			400	11,3	13,3	38,5	323	0,4
Всего				46,4	47	196,9	1413	23,5

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В., 179-00