

МЕНЮ

20 сентября 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145	4,3	5,7	16,8	134	0,5
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,9	3	9,4	76	0,5
Итого			325	8,8	8,9	36	258	1
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	30	0,1	0,1	2,6	12	2,6
Итого			30	0,1	0,1	2,6	12	2,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,2	2	0,9	23	5,1
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180/0/5	1,2	1,6	5,3	40	5,5
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	6	5,5	1,6	80	0
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,4	3,4	24,1	141	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,5	0,2	10,4	50	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	10,3	54	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			7,2	29	0
Итого			600	14,3	13	59,8	417	10,6
Полдник								
	9	ВАРЕНЕЦ	123	3,6	3,1	5	65	0,98
	21	ПЛЮШКА	55	5,2	7,7	32	216	0,2
Итого			178	8,8	10,8	37	281	1,18
Ужин								
к/к	23	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	28	0,6		1,2	7	0,7
к/к	24	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	160	6,7	7,1	8,7	130	3,2
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,2	13,8	67	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,1		7	29	0,4
Итого			358	9,5	7,3	30,7	233	4,3
Всего				41,5	40,1	166,1	1201	19,68

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,