

МЕНЮ

23 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	4,6	5,4	16,4	132	0,5
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	2,6	10,7	75	0,4
Итого			345	8,8	12,3	37	292	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1		25,4	110	8
Итого			200	1		25,4	110	8
Обед								
2012	43(2)	САЛАТ "ЛЕТО"	40	0,7	1,2	1,9	22	1,9
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10/3	3,3	2,5	17,2	104	8,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	8,8	10,9	10,2	175	17,2
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,2	1,7	2,4	26	0,5
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0,2	13,3	65	0
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,7	36	0
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	150	0,1	0,1	13,9	57	10,4
Итого			613	16,4	16,8	65,6	485	38,4
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	150	5,2	3,8	8,3	92	1,03
	17	ПОВИДЛО	20	0,1		11,9	48	0
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,7	47	0
Итого			190	6,9	4	29,9	187	1,03
Ужин								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	2,1	4,5	40	2,1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	150	9,1	7,6	3,6	119	0,8
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,7	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5	21	0
Итого			360	11,2	9,9	19,8	216	2,9
Всего				44,3	43	177,7	1290	51,23

Кочемалкина Е.П.

Руденко О.В.,