

МЕНЮ
28 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	4,3	5,2	17,1	132	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	2,3	2,3	10,4	71	0,4
Итого			345	8,3	11,8	37,4	288	0,8
II Завтрак								
2008		БАНАН	65	0,7	0,2	8,8	41	4,6
Итого			65	0,7	0,2	8,8	41	4,6
Обед								
2012	43(1)	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,5	2	2,8	32	1,9
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/0/3	2,2	1,8	17,4	95	8,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	10,7	12,4	10,8	197	18,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,2	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	0,1	14	58	11,5
Итого			603	17,1	18,6	68	513	40,6
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	173	5,7	4,2	9,2	102	1,2
	17	ПОВИДЛО	20	0,1		12,8	52	0
2008	1	БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			213	7,4	4,4	31,8	202	1,2
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,6	9	6,5
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	150	13	8,2	4	142	0,9
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,8	36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5	21	0
Итого			390	14,9	8,5	17,4	208	7,4
Всего				48,4	43,5	163,4	1252	54,6

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,