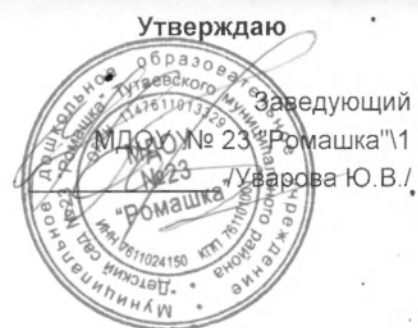


МЕНЮ
8 августа 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	5,7	15,7	130	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	14,9	114	0,7
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	2,3	6,2	14,9	124	0
Итого			368	10,3	16,1	45,5	368	1,2
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,6		12,9	55	0,2
Итого			150	0,6		12,9	55	0,2
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	3,2	3,2	5,8	65	7,5
2005	667	БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	60	12,3	4,1	9,5	123	0,5
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	2,9	26,3	149	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	30	0,3	1,2	1,6	18	0,2
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	9,3	39	0,9
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			549	22,5	12	67,8	471	9,1
Полдник уплотненный								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	160	7,1	11,1	15,9	192	15,5
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			355	10,9	16,7	38,3	347	15,5
Всего				44,3	44,8	164,5	1241	26



МЕНЮ
8 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,6	7,7	21,1	177	0,6
2010	98	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,4	4,7	17,2	129	0,8
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	3	7,9	19,9	161	0
Итого			455	13	20,3	58,2	467	1,4
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	0,8		17,3	73	0,2
Итого			200	0,8		17,3	73	0,2
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	7,5	4,1	8,3	103	10,3
2005	667	БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	80	16,3	6,4	12,8	172	0,7
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	3,8	31,2	178	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	50	0,5	2,1	2,5	31	0,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	12,2	51	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			721	32,5	17,1	86,2	631	12,5
Полдник уплотненный								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	200	10,5	16	21,7	274	19,5
к/к	к/к	ЧАИ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
		ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ	15	1,5	5	7,4	81	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
Итого			455	15	21,8	49,1	453	19,5
Всего				61,3	59,2	210,8	1624	33,6