



МЕНЮ

11 июня 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	3.7	4.9	19	133	0.5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1.4	9.8	24.5	188	0
2010	97	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2.1	2.2	8.8	64	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.1	14.9	112	0
Итого			340	7.8	12.2	42.7	309	0.5
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4.6	4.9	6	86	0
Итого			150	4.6	4.9	6	86	0
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2.9	2.7	7.6	63	0
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.6	3.7	15.3	105	7.2
2010	48	РЫБА, ТУШЁННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	3.7	5.2	6.4	132	1.8
2008	К/К	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0.2		0.7	4	3
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ	150			15.5	77	1.1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			540	12	12	64.5	463	13.1
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	13.4	14.2	39.1	302	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.1		4.8	20	0.3
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.6	11.8	58	0
Итого			320	15	14.8	55.7	380	0.3
Всего				39.4	43.9	168.9	1238	13.9

Диетсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.

