

МЕНЮ
3 июня 2025 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								
2018	205	КАША МАННАЯ	150/3	4,8	5,6	42,9	199	0,7
2018	304	КАКАО	180	3	3,6	31,4	121	0,7
2018	2	БУТ-Д С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/10	3,8	6,7	14,6	140	0
Итого			378	11,6	15,9	88,9	460	1,4
II Завтрак								
2013	118	ФРУКТЫ СВ.	80	0,5	0,1	4,8	25	14,5
Итого			80	0,5	0,1	4,8	25	14,5
Обед								
2018	35	САЛАТ "ПЕСТРЫЙ"	40	0,6	2,2	5,2	42	1,9
2018	75	УХА С КРУПОЙ	150/15	3,2	0,3	9	53	3
2018	101	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШЕМУ	152	11,9	13,3	14,3	254	7,7
2015	355	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,7	0,1	24,2	98	0,3
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	20	1,5	0,1	10	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,5	36	0
Итого			577	19	16,2	71,2	530	12,9
Полдник								
2018	293	РЯЖЕНКА	165	3,2	4	6,7	80	0,2
2018	287	БУЛОЧКА СДОБНАЯ	30	1,8	2,7	17,8	100	0
Итого			195	5	6,7	24,5	180	0,2
Ужин								
2018	20	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5	3,8	2,4	45	0,7
2018	238	ЗАП-КА ИЗ ТВОРОГА	101/10	10,9	9,3	22,8	192	0,2
2018	298	ЧАЙ	180	0,1		7,8	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,5	36	0
Итого			351	12,6	13,3	41,5	301	0,9
Всего				48,7	52,2	230,9	1496	29,9