

МЕНЮ
6 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								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ	150/3	4,8	5,2	40,6	197	0,5
2018	2	БУТ-ОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/10	3,8	6,7	14,6	140	0
2018	302	КОФ. НАПИТОК	180	2,8	3,3	33,4	125	0,7
Итого			378	11,4	15,2	88,6	462	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФР.	200			20,6	82	0
2013	118	ФРУКТЫ СВ.	70	0,5	0,1	4,2	22	12,9
Итого			270	0,5	0,1	24,8	104	12,9
Обед								
2018	30	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,7	3,9	3,9	52	1,8
2018	69	СУП КРЕСТ. С КРУПОЙ	150/15	4,5	5,9	8,3	112	4,7
2018	86	КНЕЛИ РЫБ.	75/20	7,8	5,4	9,8	119	0,4
2018	148	КАРТОФ. ПЮРЕ	120	2,4	4,1	19,6	123	8,3
2018	310	КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛ.	180	0,1	0,1	13,1	51	1,4
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	20	1,6	0,1	10,3	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20					0
Итого			640	17,1	19,5	65	506	16,6
Полдник								
2012	401	КЕФИР	165	4,7	4	6,4	77	0,5
2018	279	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	54	6,6	5,8	22,8	148	0
Итого			219	11,3	9,8	29,2	225	0,5
Ужин								
2012	13	САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ	50	0,7	3	2,6	40	4,7
2018	229	МАКАРОНЫ, ЗАП. С ЯЙЦОМ	120/3	4,3	6,7	27,5	166	0,1
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,1	30	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20					0
Итого			373	5,1	9,7	38,2	236	5,5
Всего				45,4	54,3	245,8	1533	36,7