

МЕНЮ**24 июля 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	209	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150/3	5,3	5,1	40,9	198	0,5
2018	ТТК	ЧАЙ С МОЛОКОМ СГУЩ.	180	3,7	4,2	27,5	163	0,2
2018	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,2	8,3	14,7	153	0
Итого			373	11,2	17,6	83,1	514	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ФР.	200			20,6	82	0
2013	118	ФРУКТЫ СВ.	79	1,3	0,4	18	83	3,6
Итого			279	1,3	0,4	38,6	165	3,6
Обед								
2018	25	САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	50	0,6	2	1,9	29	4,2
2018	58	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД.	150/15	8,9	7,3	10,1	147	4,5
2018	145	ПТИЦА, ТУШЁНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	182	13	7,1	17,1	188	7,9
2018	320	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	181	0,1	0,1	19,7	77	1,2
2013	116	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	11,1	52	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23					0
Итого			623	24,3	16,6	59,9	493	17,8
Полдник								
2018	293	РЯЖЕНКА	181	3,5	4,4	7,4	88	0,2
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	53	0
Итого			201	4,1	5,1	22,9	141	0,2
Ужин								
2018	21	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	40	0,6		6,8	30	0,6
2018	240	СЫРНИКИ С МОЛ.СГУЩ.	88/10	10,7	8,1	27,9	200	0,2
2018	298	ЧАЙ	180	0,1		7,8	28	0
2013	116	ХЛЕБ ПШ.	11	0,8	0,1	5,4	25	0
2008		ХЛЕБ РЖ.	23					0
Итого			352	12,2	8,2	47,9	283	0,8
Всего				53,1	47,9	252,4	1596	23,1