

МЕНЮ
18 апреля 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	78	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	5,2	4	40,6	185	0,5
2018	300	ЧАЙ С МОЛ. СГУЩ.	180	3,6	4,1	27,1	160	0,2
2018	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	19/3	1,5	2,5	9,7	70	0
Итого			352	10,3	10,6	77,4	415	0,7
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ФРУКТ	90	0,5	0,1	4,9	26	36,2
Итого			290	1,5	0,3	25,1	112	40,2
Обед								
2018	49	ИКРА МОРКОВНАЯ	49	0,9	4,2	10,2	79	2,2
2018	69	СУП КРЕСТ. С КРУПОЙ	150	4,5	4,8	8,6	104	4,8
2018	124	ЗАПЕКАНКА КАП. С МЯСОМ	177	15,5	15,1	24,7	322	33,6
2018	309	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,7	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2	0,3	14,8	63	0
Итого			610	24,4	24,5	77,7	649	40,6
Полдник								
2008		ВАФЛИ	14	0,4	0,5	10,7	37	0
2018	293	РЯЖЕНКА	167	3,2	4,1	6,8	81	0,2
Итого			181	3,6	4,6	17,5	118	0,2
Ужин								
2018	240	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛ. СГУЩ.	80/10	9,7	6,9	26,2	174	0,2
2018	298	ЧАЙ	176	0,1		11,3	41	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			285	11,3	7	47,2	261	0,2
Всего				51,1	47	244,9	1555	81,9