

МЕНЮ
28 декабря 2024 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2 / 3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,56	2,34	17,58	75,67	2,00
2008	189 / 34	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,69	141,87	0,40
2012	ТК№028 / 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,78	2,39	12,65	83,66	0,50
Итого			365	7,76	9,43	43,92	301,20	2,90
II Завтрак								
2008	442 / 22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	143	0,71	0,00	18,14	78,57	5,71
Итого			143	0,71	0,00	18,14	78,57	5,71
Обед								
2022	ТК№26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81 / 41	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	2,80
2012	263 / 49	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	70	7,46	14,11	6,88	141,09	0,23
2008	338 / 69	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	3,27	6,23	14,16	126,68	10,45
2012	ТК№032 / 13	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	165	0,11	0,11	20,60	95,70	0,98
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			608	15,94	24,47	71,74	564,47	16,06
Полдник								
2012	282 / 65	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,93	6,74	8,97	205,02	0,00
2012	322 / 54	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	125	2,44	4,12	16,39	112,83	7,56
2012	ТК№030 / 6	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,01	0,00	11,57	46,33	0,00
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			372	13,48	11,48	51,03	434,48	7,56
Всего				37,89	45,38	184,83	1 378,72	32,23

повар



Прудникова О.П.