

МЕНЮ
17 января 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		ОМЛЕТ	135	7,78	8,66	4,84	129,15	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	5,07	4,91	16,85	133,76	0,68
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	2,26	1,97	15,43	88,56	0,00
Итого			350	15,11	15,54	37,12	351,47	1,20
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	73	0,29	0,29	7,19	34,47	7,33
Итого			73	0,29	0,29	7,19	34,47	7,33
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,63	3,28	3,59	46,25	1,55
2012	86	ЛАПША С КУРОЙ	180	6,29	8,44	8,01	133,10	0,69
2008	299	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ИНДЕЙКОЙ	155	12,34	12,95	16,53	232,47	7,79
2008	436	КОМПОТ ИЗ ЛИМОНА	205	0,07	0,01	13,14	54,24	1,28
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			620	21,98	25,03	58,23	547,64	11,31
Полдник								
2012	468	БУЛОЧКА С ВАРЕНЬЕМ	50	4,24	4,53	35,59	199,99	0,09
2008	435	РЯЖЕНКА	160	4,64	4,00	6,72	86,40	0,48
Итого			210	8,88	8,53	42,31	286,39	0,57
Ужин								
2012	417	КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ С ЛИВОЧНЫМ СЛАДКАЯ	125	5,95	16,56	22,31	262,98	0,68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	195	0,00	0,00	8,39	33,54	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,18	0,84	14,96	76,24	0,00
Итого			350	8,13	17,40	45,66	372,76	0,68
Всего				54,39	66,79	190,51	1 592,73	21,09