

МЕНЮ

21 июля 2025 г.

Ясли 1 - 3 года

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	184	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ "ГЕРКУЛЕС" *	130	4,99	6,06	21,03	159,38	0,31
2014	268	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ *	150/5	0,00	0,00	12,80	30,30	0,66
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ *	30/10/5	3,74	6,36	5,86	95,65	0,00
Итого			330	8,73	12,42	39,69	285,33	0,97
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ*	100	0,00	0,00	8,00	33,00	86,43
Итого			100	0,00	0,00	8,00	33,00	86,43
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ *	30	0,24	0,00	0,72	4,20	0,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ *	150/5	1,40	4,16	6,76	72,98	8,05
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ *	100	2,80	2,72	16,24	97,35	0,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ *	30	0,51	1,05	3,20	24,88	1,12
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ *	50	6,32	15,17	6,75	188,98	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ*	150	0,16	0,00	17,57	70,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ *	40	2,40	0,50	12,60	66,20	0,00
Итого			555	13,83	23,60	63,84	525,45	9,17
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ *	153	2,30	2,40	3,50	45,00	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,74	3,12	28,29	158,08	0,00
Итого			203	6,04	5,52	31,79	203,08	0,00
Ужин								
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ *	100	1,90	4,90	6,60	105,60	0,00
2008	245/364	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	50/35	6,55	7,53	10,02	134,58	1,59
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА*	150	0,00	0,00	21,00	83,97	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ *	30	2,30	0,20	14,80	70,50	0,00
Итого			365	10,75	12,63	52,42	394,65	1,59
Всего				39,35	54,17	195,71	1 441,51	98,16

Диетсестра

Кириллова В.А.