

МЕНЮ

29 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ *	130	6,07	13,80	2,25	158,15	0,21
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ*	30/5	1,20	0,20	7,20	70,00	0,00
2014	268	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ *	150/5	0,00	0,00	12,80	30,30	0,66
Итого			320	7,27	14,00	22,25	258,45	0,87
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								
2011	17	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ *	30	0,30	3,10	1,30	34,50	7,22
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,42	4,07	11,80	100,47	5,80
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ *	50	6,30	14,93	6,43	185,41	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ *	100	3,65	2,70	23,27	132,80	0,00
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,59	1,13	2,50	26,06	0,55
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" *	150	0,00	0,00	16,30	67,90	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ *	40	2,40	0,50	12,60	66,20	0,00
Итого			565	16,66	26,43	74,20	613,34	13,57
Полдник								
2008	435	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ СНЕЖОК 2,5% *	150	3,75	2,92	5,55	138,75	0,75
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" *	50	2,81	1,04	11,51	107,12	0,00
Итого			200	6,56	3,96	17,09	245,87	0,75
Ужин								
2008	245/364	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ*	50/30	8,00	8,33	15,10	167,62	1,80
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ *	100	1,80	2,80	16,40	97,80	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА*	150	0,00	0,00	21,17	84,62	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ *	30	2,30	0,20	14,80	70,50	0,00
Итого			360	12,10	11,33	67,47	420,54	1,80
Всего				42,59	55,72	189,01	1 571,20	103,42

Диетсестра



Кириллова В.А.