

МЕНЮ

29 октября 2024 г.
Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,91	3,65	10,28	90,22	0,07
	ТК№004	БАТОН (аллергики)	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	7,44	6,29	19,86	166,25	0,41
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ Б/МОЛОЧНАЯ (аллергики)	155	4,24	1,11	22,10	115,17	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,23	2,62	10,90	79,70	0,58
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
Итого			365	14,58	12,56	41,04	336,17	1,06
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	143	0,71	0,14	14,43	65,71	0,00
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			143	0,71	0,14	14,43	65,71	0,00
Обед								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	41	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	42	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,75	3,41	11,98	97,78	4,85
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	150	1,03	0,18	7,66	36,55	3,71
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	20,14	7,92	15,11	230,07	11,89
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ б/м,б/я (аллергики)	160	18,70	3,22	14,66	180,38	11,96
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			544	27,89	12,25	60,99	485,05	80,50
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,60	3,51	1,49	67,69	0,64
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	50/50	14,29	12,05	1,73	172,40	0,65
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,34	4,22	15,73	110,33	7,63
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ б/м (аллергики)	110	1,82	0,37	14,82	70,02	7,50
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№0051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергики)	150	0,13	0,13	7,84	33,73	1,26
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,73	1,68	27,55	143,91	0,10
	ТК№004	БАТОН (аллергики)	20	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			376	15,77	9,63	69,27	427,93	9,57
Всего				58,95	34,58	185,73	1 314,86	91,13