

Утверждаю

И.О.Руководителя СПДС "Красная Шапочка"

Ермакова Т.П./

МЕНЮ
06 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6,6	13,3	30,2	266	0,8
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,9	3,1	14,5	98	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	8,9	10,1	127	0
Итого			330	11,1	25,3	54,8	491	1,3
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	1,1	9,8	1,7	101	7,2
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	150	9,9	24,9	15,8	325	4,4
2008	256	КУРЫ ОТВАРНЫЕ	70	18,2	22,8	9,6	340	14,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,5	9,9	19,9	181	9,3
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,1	0,1	13	55	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
2008	*	ХЛЕБ РЖАНОЙ*	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			690	37,1	68,1	96,7	1171	36,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	0,8
2008		КОНФЕТА	25	0,2		23,9	98	0
Итого			180	4,5	4,7	30,8	185	0,8
Ужин								
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	45	0,6	9,7	12,7	141	0,9
2008	258	ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/11	17,8	19,4	25	346	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,7	0,2	19,7	87	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,8	0,2	15,8	69	3,2
Итого			495	21,9	29,7	82,4	692	72,6
Всего				74,6	127,8	264,7	2539	111,4