

МЕНЮ

5 ноября 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	5,61	7,68	20,28	172,99	0,76
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25	2,64	5,43	5,17	80,53	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,15	0,01	6,82	28,98	0,98
Итого			305	8,40	13,12	32,27	282,50	1,76
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	0,24	0,24	5,88	28,20	6,00
Итого			60	0,24	0,24	5,88	28,20	6,00
Обед								
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	150	10,05	3,81	27,96	188,45	10,43
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	12,47	13,42	20,42	254,76	18,66
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,05	0,01	7,40	29,93	0,00
Итого			470	24,56	17,50	68,50	534,33	29,09
Полдник								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	6,94	9,71	38,82	274,25	3,64
2008		БАГОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,62	0,24	4,28	21,83	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	0,47	0,09	9,43	40,13	1,87
Итого			225	8,03	10,04	52,53	336,21	5,51
Всего				41,23	40,90	159,18	1 181,24	42,36

МЕНЮ

5 ноября 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	6,96	8,45	24,79	203,39	0,91
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	4,30	7,95	6,20	114,32	0,04
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/5	0,19	0,00	7,22	30,20	0,61
Итого			375	11,45	16,40	38,21	347,91	1,56
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,28	0,28	6,86	32,90	7,00
Итого			70	0,28	0,28	6,86	32,90	7,00
Обед								
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	190	8,30	4,18	17,27	141,46	6,10
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,27	13,59	25,70	281,36	21,54
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,45	0,33	15,68	75,47	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
Итого			568	24,02	18,10	64,46	521,51	27,64
Полдник								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140	7,36	11,17	45,15	314,39	3,20
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	0,90	0,35	6,17	31,44	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	0,47	0,09	9,43	40,13	1,87
Итого			245	8,73	11,61	60,75	385,96	5,07
Всего				44,48	46,39	170,28	1 288,28	41,27