

МЕНЮ

20 июня 2025 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	35	1,96	0,97	11,85	64,01	0,01
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	23	1,73	0,67	11,85	60,39	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,61	6,63	20,55	161,18	0,60
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	150	3,40	0,81	23,73	115,75	0,00
	ТК №026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,65	2,28	9,92	71,34	0,48
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	6,43	26,49	0,04
Итого			365	9,22	9,88	42,32	296,53	1,09
II Завтрак								
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,45	15,49	70,68	7,52
Итого			150	0,60	0,45	15,49	70,68	7,52
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,99	3,25	33,09	1,52
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,86	4,47	10,51	101,82	0,42
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	155	13,14	13,11	24,63	269,11	0,40
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергии)	155	12,76	8,82	24,72	229,58	0,40
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,83	1,20	15,85	0,01
	ТК №031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,76	0,05	12,44	53,85	0,24
	ТК №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,93	0,26	12,39	59,60	0,00
Итого			559	21,54	20,71	64,42	533,32	2,59
Полдник								
	ТК №001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	55	0,60	0,11	2,09	13,19	13,74
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,07	8,20	23,40	192,02	0,10
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	100	3,63	0,43	23,25	111,47	0,00
2010	44	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергии)	20	6,49	5,56	0,12	76,37	0,05
	ТК №024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,03	0,00	5,28	21,88	0,56
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,16	0,15	7,44	35,78	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	7,48	3,84	21,56	151,18	0,05
Итого			408	15,34	12,30	59,77	414,05	14,45
Всего				46,70	43,34	182,00	1 314,58	25,65