



МЕНЮ

1 среда

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	160	5,1	5,9	20,1	154	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,3	1,8	9,4	64	0,4
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
Итого			340	9,5	12,1	53,5	362	0,8
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	100	2,8	2,4	3,9	51	0,3
Итого			100	2,8	2,4	3,9	51	0,3
Обед								
2015	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	160/10	1,6	2,7	9,3	66	4,3
2016	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,2	10,3	11	172	0,4
2017	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	2,5	11	79	23,7
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160			6	24	0
Итого			530	15,3	15,8	50	402	28,4
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	22,5	16,6	21,8	328	0,2
2018	52	СОУС ФРУКТОВЫЙ	30	0,1		14,2	55	3,2
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,6	0,2	19,1	85	0
2018	10	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	160	0,1		2	9	0
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	125			12,9	51	0
Итого			545	26,6	19,7	92,3	653	3,4
Всего				54,2	50	199,7	1468	32,9

Старшая медсестра Лав Лаврентьева Е. В

Заведующий производством Маркелова Маркелова Ю. В