

МЕНЮ

27 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	0,07	2,07	7,31	47,10	4,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,08	6,84	21,28	167,63	0,49
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,20	2,69	10,44	79,47	0,58
Итого			365	8,35	11,60	39,03	294,20	5,07
II Завтрак								
	TKN№020	БАНАН СВЕЖИЙ	94	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			94	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	TKN№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	36	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,34	4,82	9,14	99,60	6,14
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,73	0,44	0,34	52,02	0,44
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,97	1,16	14,35	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,59	3,57	17,24	111,78	8,32
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/4	0,05	0,00	4,98	20,57	0,41
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			590	20,60	9,93	42,06	344,52	16,11
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,25	12,83	11,82	218,95	16,51
	TKN№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,03	0,02	5,64	22,96	0,16
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,38	30,92	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	55	4,28	6,84	17,58	148,81	4,82
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			490	21,36	22,31	45,92	478,14	21,79
Всего				51,81	44,34	148,01	1 212,86	46,97

Шеф повар (зав. производством) _____



Семёнова Ю.Д.