



МЕНЮ

29 апреля 2022 г.

Ясли 12 часов

Длест. пятакши,

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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗ МОЛОКА	150	6,4	9,4	20,6	124	
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	30/10/5	4,8	7,3	14,7	145	
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,2	22	
Итого			375	11,3	16,7	40,5	361	
II Завтрак								
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,4	1,6	2,7	26	
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180/10	4,3	8	20,2	170	
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	12,9	8,1	0,1	141	
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,1	5,1	12,5	105	
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,2	1,8	6,4	47	
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14,7	59	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого			710	23,1	24,8	71,2	617	45
Полдник								
2012	447	ПЕЧЕНЬЕ	30/15/5	6,8	6,6	29,5	105	
2012	400	ЧАЙ С САХАРОМ	150	4,3	4,7	6,9	22	
Итого			200	11,1	11,3	36,4	292	
Ужин								
2008	224	ТВОРОЖНАЯ МАССА С ИЗЮМОМ	110	23,9	2,6	8,8	158	
2008	436	НАПИТОК КАРКАДЭ	180			6,1	24	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	
Итого			330	26,5	3	31,9	264	
Всего				72,5	55,9	190,1	1401	45

завхоз _____

Плеханова Марина Павловна

мед. сестра _____

Шевелева Ирина Владимировна

повар _____

Ипатьева Анна Анатольевна