



МЕНЮ

23 апреля 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,95	1,66	1,90	25,60	1,47
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	8,34	11,28	1,56	75,49	0,14
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,84	3,23	15,76	108,07	0,61
Итого			320	16,24	20,11	25,94	268,68	2,22
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	79	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			79	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,35	2,86	3,23	40,78	1,19
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00	4,00
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	55	10,78	2,27	8,96	98,96	0,38
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	115	1,91	4,35	12,09	94,36	5,09
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			559	19,54	13,50	47,18	496,40	10,66
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,03	1,63	7,93	54,37	4,27
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	2,22	2,82	21,93	122,10	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			469	13,73	11,69	52,09	374,97	4,67
Всего				50,11	45,80	140,71	1 210,55	20,55