

Утверждаю



Генеральный директор
АНО ООО "Академия"
/Зимарева И.В./

МЕНЮ

16.02.2024 г.

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-воды, г		
Завтрак								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	1,6	2,7	15,5	94	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3	2,5	12,5	85	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,5	8,7	7,4	131	0
Итого			335	9,1	13,9	35,4	310	0,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40	0,6	4	3	51	11,2
2008	80	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/5	1,6	2,7	10,1	75	4,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	4,2	17,1	116	8,3
2008	272	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	50	7,5	7,7	6,3	125	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	23,8	98	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			565	16,2	19,1	83,9	577	24,4
Полдник								
2012	468	БУЛОЧКА "УЛИТКА"	50	3,9	5	24,6	159	0
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150					0
Итого			200	3,9	5	24,6	159	0
Ужин								
2012	292	МАКАРОННИК С МЯСОМ	150	15,3	16,5	14	267	0,6
2008	411	КИСЕЛЬ	150			21,5	86	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	24	0
Итого			310	16,1	16,6	40,5	377	0,6
Всего				45,7	55	194,2	1470	35,5