

17 сентября 2025 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,51	4,70	10,21	89,23	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,18	2,04	2,46	32,82	3,79
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,63	12,16	1,70	150,88	0,14
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	100	2,90	3,03	14,57	97,24	0,19
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,07	2,52	12,78	87,12	0,46
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			350	14,39	21,42	27,15	360,05	4,39
II Завтрак								
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	97	0,39	0,39	9,49	45,49	9,68
Итого			100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	0,30	0,04	2,80	29,37	0,98
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00	4,00
	14-20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10	4,15	6,05	8,72	105,96	4,33
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,67	3,81	10,60	82,77	4,46
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	55	7,68	7,21	9,40	133,37	0,31
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
Итого			551	17,25	15,26	52,50	540,91	9,75
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1,67	1,53	8,72	60,06	5,36
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,67	0,20	10,69	51,77	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
Итого			356	9,42	6,77	34,24	242,13	5,46
Всего				43,86	45,95	118,39	1 199,59	19,90