

МЕНЮ

7 ноября 2024 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								
ТТК № 32	32/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,90	4,10	15,20	118	0,00
ТТК № 15	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,50	4,70	10,60	91	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	54	0,00
ТТК № 90	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0,10	0,00	6,50	26	0,00
Итого			375	6,00	9,30	42,90	289	0,00
II Завтрак								
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	81	0,00
Итого			150	4,20	3,80	16,50	81	0,00
Обед								
ТТК № 160	160/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,60	2,10	7,90	49	0,00
ТТК № 134	134/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	180	3,10	4,10	8,90	84	0,00
ТТК № 110	110/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	60	5,70	2,80	6,50	82	0,00
ТТК № 127	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1,60	3,80	17,20	110	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,20	9,30	44	0,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	54	0,00
ТТК № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0,80	0,00	19,10	83	0,00
Итого			590	14,60	13,50	79,50	506	0,00
Полдник								
ТТК № 163	163/1	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	5,10	6,90	4,90	108	0,00
ТТК № 147	147/1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	115	2,70	6,20	22,80	154	0,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,20	9,30	44	0,00
ТТК № 93	93/3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25	0,00
ТТК № 96	96/2	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	40	3,30	2,20	20,30	112	0,00

Итого	415	12,50	15,50	63,50	443	0,00
Всего		37,30	42,10	202,40	1 319	0,00

Шеф-повар _____ Арапова О.Н.