

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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	8,90	7,98	42,58	271,50	2,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,99	4,67	11,92	105,90	6,53
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	51	10,53	5,72	2,04	113,60	8,26
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,40	6,90	13,40	125,00	3,80
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	1,02	0,06	19,28	82,58	0,32
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			588	20,34	17,97	61,74	502,98	20,51
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	98	17,35	8,92	15,78	216,58	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	147	4,31	2,94	7,15	72,72	0,78
	ТК№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	98	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	51	3,74	7,04	30,89	201,37	0,00
Итого			394	26,20	19,10	61,32	528,67	16,18
Всего				55,44	45,05	165,64	1 303,15	38,79