

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

И.В. Сафиханова

МЕНЮ

13 июня 2024 г.

Ясли 10,5 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,5	7,5	18,1	160	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,7	2,3	14,4	90	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5	1,8	4,8	12,3	100	0
Итого			349	9	14,6	44,8	350	1
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	75	БОРЩ	150	5,4	5,8	9,1	112	8,3
2008	260	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	60	11,1	11,6	1,3	155	0,4
2008	164	СУФЛЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И МОРКОВИ	120	2,4	3,2	19,1	119	9,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
к/к	к/к	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	30	3	1,5	18	98	0,8
Итого			540	23,9	22,4	67,2	573	18,6
Полдник								
2008	156	КАПУСТНАЯ ЗАПЕКАНКА	90	2	5,3	9,7	97	9
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,6	1,3	7,6	48	0,3
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
Итого			273	5,3	7,3	29,1	205	9,3
Всего				38,6	44,7	150,9	1175	38,9

