

Утверждаю

Директор

МОУ "Торосовская ООШ"

/Поплавская ОИ/

МЕНЮ

Ясли 10,5 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	189	КАША РИСОВАЯ	150	5,7	6,6	22,8	174	0,8
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	4,9	4	14,8	115	0,8
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/4	1,6	3,9	10,8	85	0
Итого			324	12,2	14,5	48,4	374	1,6
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	11,2	54	11,4
Итого			130	0,5	0,5	11,2	54	11,4
Обед								
2012	62	БОРЩ НА КБ СО СМЕТАНОЙ	180	5,7	7,1	14,4	148	17,6
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,9	4,7	23,5	148	21
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	50	13,4	7,9	4,2	140	0,6
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,4	0,3	15,1	73	0
Итого			540	24,4	20	65,9	544	39,2
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	80	6,4	8,9	6	130	0,2
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,6	0,6	10,8	55	0
2008	411	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
Итого			250	8,1	9,5	22,8	209	0,2
Всего				45,2	44,5	148,3	1181	52,4

медсестра

Шопперт ЛВ