



МЕНЮ
21 марта 2024 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ | 140 | 4,7 | 5,9 | 21,1 | 157 | 0,5 |
| 2012 | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 6 | | 5 | | 45 | 0 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 30 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 66 | 0 |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,2 | 2,6 | 10,7 | 80 | 0,5 |
| Итого | | | 356 | 9,8 | 14,2 | 44,7 | 348 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 69 | 0 |
| Итого | | | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 69 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 90 | СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ | 150 | 4,1 | 7 | 7,4 | 114 | 3,5 |
| 2008 | 299 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 110 | 3 | 3,1 | 20,4 | 122 | 9,8 |
| 2008 | 299 | БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ | 50 | 7,9 | 9,1 | 6 | 137 | 0,6 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 5,8 | 23 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 500 | 17,6 | 19,6 | 56,6 | 478 | 13,9 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 485 | ПЛЮШКА С САХАРОМ | 50 | 4,1 | 3,2 | 26 | 149 | 0,1 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,5 | 3,9 | 7,4 | 83 | 0,8 |
| Итого | | | 200 | 8,6 | 7,1 | 33,4 | 232 | 0,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ТОМАТНЫЙ ПОДЛИВ | 50 | 0,5 | | 2,4 | 12 | 0,7 |
| 2008 | 225 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 160 | 12,5 | 10,1 | 9,5 | 181 | 0,4 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,9 | 0,2 | 12,5 | 59 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 6 | 24 | 0 |
| Итого | | | 420 | 15 | 10,3 | 30,4 | 276 | 1,1 |
| Всего | | | | 51,8 | 51,4 | 180,3 | 1403 | 16,9 |



МЕНЮ
21 марта 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ | 150 | 5 | 5,7 | 23 | 164 | 0,5 |
| 2012 | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 8 | | 6,3 | 0,1 | 57 | 0 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 2,8 | 1,1 | 19,1 | 97 | 0 |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,2 | 2,6 | 11,7 | 84 | 0,5 |
| Итого | | | 398 | 11 | 15,7 | 53,9 | 402 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,7 | 0,1 | 14,4 | 66 | 0 |
| Итого | | | 150 | 0,7 | 0,1 | 14,4 | 66 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 90 | СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ | 180 | 4,6 | 7,5 | 7,3 | 121 | 3,5 |
| 2008 | 299 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 130 | 3,7 | 5,5 | 21,4 | 150 | 9,9 |
| 2008 | 299 | БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ | 70 | 8,4 | 9,8 | 6,4 | 147 | 0,7 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 6,8 | 27 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21 | 101 | 0 |
| Итого | | | 610 | 20 | 23,2 | 62,9 | 546 | 14,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 485 | ПЛЮШКА С САХАРОМ | 70 | 6 | 3,5 | 39,7 | 215 | 0,1 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5 | 4,4 | 8,3 | 94 | 0,9 |
| Итого | | | 250 | 11 | 7,9 | 48 | 309 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ТОМАТНЫЙ ПОДЛИВ | 50 | 0,6 | | 3 | 15 | 0,7 |
| 2008 | 225 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 160 | 13,9 | 11,7 | 12,7 | 216 | 0,4 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,9 | 0,2 | 19,1 | 90 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 7 | 29 | 0 |
| Итого | | | 450 | 17,5 | 11,9 | 41,8 | 350 | 1,1 |
| Всего | | | | 60,2 | 58,8 | 221 | 1673 | 17,2 |