



**МЕНЮ**  
2 апреля 2024 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
		КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ (молоко, пшено, рис, масло сливочное, соль, сахарный песок)	150	6,1	6,8	28,7	200	0,6
		БАТОН С МАСЛОМ (батон, масло сливочное)	30/5	1,9	4,6	12,1	97	0
		КОФЕ С МОЛОКОМ (молоко, сахарный песок, кофе)	150	3,4	2,9	12,4	90	0,6
		СЫР (сыр)	15	3,2	4,2		51	0,2
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>14,6</b>	<b>18,5</b>	<b>53,2</b>	<b>438</b>	<b>1,4</b>
<b>Обед</b>								
		ОВОЩНАЯ ИКРА (свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	400	0,6	3,3	3,3	46	1,7
		ЩИ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (мясо птицы, картофель, капуста свежая, лук репчатый, морковь, сметана, соль, масло растительное, томатная паста)	150	5,2	6,8	3,4	97	4,6
		КОТЛЕТА (мясо птицы, яйца куриные (шт.), лук репчатый, хлеб пшеничный, соль, масло растительное)	70	12,1	12,3	2,1	168	0,5
		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, масло сливочное, молоко, соль)	100	1,5	5,1	5,8	74	2,4
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)	150			6,3	25	23,6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	17,9	86	0
<b>Итого</b>			<b>910</b>	<b>22,2</b>	<b>27,9</b>	<b>38,8</b>	<b>496</b>	<b>32,8</b>
<b>Полдник</b>								
		СОК (сок)	150	0,8	0,2	17,4	79	4,7
		ВАТРУШКА (яйца куриные (шт.), мука, дрожжи, масло растительное, сахарный песок, молоко, соль, творог)	60	6,8	3,6	27	167	0,1
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>7,6</b>	<b>3,8</b>	<b>44,4</b>	<b>246</b>	<b>4,8</b>
<b>Ужин</b>								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ (молоко, макароны, сахарный песок, соль, масло сливочное)	220	4,5	5,3	15,6	129	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	1,7	0,1	11,2	53	0
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахарный песок)	150	0,2		6,7	27	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>6,4</b>	<b>5,4</b>	<b>33,5</b>	<b>209</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>50,8</b>	<b>55,6</b>	<b>169,9</b>	<b>1389</b>	<b>39,6</b>



**МЕНЮ**  
2 апреля 2024 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
		КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ <small>(рис, молоко, пшено, масло сливочное, соль, сахарный песок)</small>	200	6	6,8	28,3	199	0,6
		БАТОН С МАСЛОМ <small>(батон, масло сливочное)</small>	30/6	1,9	5,2	12,1	104	0
		КОФЕ С МОЛОКОМ <small>(молоко, сахарный песок, кофе)</small>	200	3,4	2,9	13	92	0,6
		СЫР <small>(сыр)</small>	15					0
<b>Итого</b>			<b>451</b>	<b>11,3</b>	<b>14,9</b>	<b>53,4</b>	<b>395</b>	<b>1,2</b>
<b>Обед</b>								
		ОВОЩНАЯ ИКРА <small>(свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)</small>	60	0,7	4,9	4,1	64	2,1
		ЩИ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ <small>(мясо птицы, картофель, капуста свежая, лук репчатый, морковь, сметана, соль, масло растительное, томатная паста)</small>	200	6,1	8,6	3,8	117	4,9
		КОТЛЕТА <small>(мясо птицы, яйца куриные (шт.), лук репчатый, хлеб пшеничный, соль, масло растительное)</small>	70	13,3	12	3,8	176	0,5
		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(картофель, масло сливочное, молоко, соль)</small>	130	1,6	5,1	7	81	3
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ <small>(сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)</small>	200			6,9	28	20,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small>	50	3,5	0,5	22,4	108	0
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>25,2</b>	<b>31,1</b>	<b>48</b>	<b>574</b>	<b>31,3</b>
<b>Полдник</b>								
		СОК <small>(сок)</small>	150	0,8	0,2	17,4	79	4,7
		ВАТРУШКА <small>(мука, яйца куриные (шт.), молоко, масло растительное, сахарный песок, соль, дрожжи, творог)</small>	60	8,9	4,9	40,2	240	0,1
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>9,7</b>	<b>5,1</b>	<b>57,6</b>	<b>319</b>	<b>4,8</b>
<b>Ужин</b>								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ <small>(молоко, макароны, сахарный песок, соль, масло сливочное)</small>	220	5	7,4	20,3	168	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный)</small>	30	1,7	0,1	11,2	53	0
		ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай, сахарный песок)</small>	200	0,2		7,4	30	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>6,9</b>	<b>7,5</b>	<b>38,9</b>	<b>251</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>53,1</b>	<b>58,6</b>	<b>197,9</b>	<b>1539</b>	<b>37,9</b>