



# МЕНЮ

13 марта 2024 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,15	7,10	24,84	183,73	0,46
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	24/6/4	2,77	5,89	12,42	113,99	0,01
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,87	2,41	10,38	75,28	0,52
<b>Итого</b>			<b>384</b>	<b>10,79</b>	<b>15,40</b>	<b>47,64</b>	<b>373,00</b>	<b>0,99</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	136	0,68	0,14	13,77	58,64	2,73
<b>Итого</b>			<b>136</b>	<b>0,68</b>	<b>0,14</b>	<b>13,77</b>	<b>58,64</b>	<b>2,73</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	13	0,10	0,01	0,22	1,65	0,64
2012	77	СУП С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ	180	9,32	10,68	19,90	220,50	9,91
2012	305	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	61	8,36	9,00	2,18	123,03	0,52
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	73	3,43	4,41	21,80	140,59	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,16	24,63	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,26	0,30	14,45	69,53	0,00
<b>Итого</b>			<b>511</b>	<b>23,47</b>	<b>24,40</b>	<b>64,71</b>	<b>579,93</b>	<b>11,07</b>
<b>Полдник</b>								
2012	460	БУЛОЧКА "ЗАВИТОК"	44	3,69	2,95	21,31	126,63	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	129	3,81	3,29	6,31	71,06	0,70
<b>Итого</b>			<b>173</b>	<b>7,50</b>	<b>6,24</b>	<b>27,62</b>	<b>197,69</b>	<b>0,80</b>
<b>Ужин</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	167	21,73	12,15	25,43	300,96	2,34
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	188	0,09	0,00	6,34	25,73	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>23,73</b>	<b>12,31</b>	<b>44,32</b>	<b>385,90</b>	<b>2,36</b>
<b>Всего</b>				<b>66,17</b>	<b>58,49</b>	<b>198,06</b>	<b>1 595,16</b>	<b>17,95</b>

Отвественный за питание \_\_\_\_\_

Седова Кристина Илларионовна