



# МЕНЮ

19 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	181	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,15	9,34	23,24	198,48	0,72
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,84	3,21	13,46	98,94	0,69
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	27/9/4	2,82	8,84	13,71	146,03	0,01
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>11,81</b>	<b>21,39</b>	<b>50,41</b>	<b>443,45</b>	<b>1,42</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	91	1,12	4,31	6,55	69,30	3,07
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,63	8,33	10,69	143,53	4,04
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С КУРИЦЕЙ	211	10,86	10,76	18,15	214,20	27,38
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,70	26,78	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,47	0,33	15,81	76,09	0,00
<b>Итого</b>			<b>669</b>	<b>20,08</b>	<b>23,73</b>	<b>57,90</b>	<b>529,90</b>	<b>34,49</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	198	5,87	5,05	9,71	109,24	1,08
2008		ВАФЛИ	28	0,80	0,94	22,00	100,76	0,00
<b>Итого</b>			<b>226</b>	<b>6,67</b>	<b>5,99</b>	<b>31,71</b>	<b>210,00</b>	<b>1,08</b>
<b>Ужин</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	153	22,18	12,65	10,40	248,83	0,24
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	205	0,10	0,00	5,79	23,53	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,19	15,63	73,78	0,00
<b>Итого</b>			<b>389</b>	<b>24,66</b>	<b>12,84</b>	<b>31,82</b>	<b>346,14</b>	<b>0,26</b>
<b>Всего</b>				<b>63,22</b>	<b>63,95</b>	<b>171,84</b>	<b>1 529,49</b>	<b>37,25</b>

Ответственный за питание \_\_\_\_\_

Седова Кристина Илларионовна