

## МЕНЮ

23 апреля 2024 г.  
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	2,7	3,9	17,3	114	0,3
2008	190	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (крупа рисовая, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	1,2	2,6	15	88	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	4		3,3		30	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	1,7	1,3	9,2	54	0,3
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗМОЛОЧНЫЙ (аллергики) (кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	180	0,2		6,9	28	0
<b>Итого</b>			<b>354</b>	<b>5,9</b>	<b>8,6</b>	<b>36,2</b>	<b>244</b>	<b>0,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	200	1	0,2	19,6	83	1,6
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83</b>	<b>1,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,9	4,3	5,9	76	3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, кури потрош. 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист)	160	6,8	9,9	9,7	157	19,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>12,3</b>	<b>14,6</b>	<b>38,4</b>	<b>338</b>	<b>22,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5	4,4	8,3	94	0,9
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,6	83	1,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,5</b>	<b>6,4</b>	<b>23,2</b>	<b>177</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2008	411	СОУС СЛАДКИЙ (КИСЕЛЬ) (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая)	30			3,9	15	0
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ (творог 5,0% жирности, соль йодированная, яйца куриные (шт.), сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	150	17,1	12,9	13,6	241	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3	0,2	19,5	92	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		6	24	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>20,2</b>	<b>13,1</b>	<b>43</b>	<b>372</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>45,9</b>	<b>42,9</b>	<b>160,4</b>	<b>1214</b>	<b>25,5</b>

Шеф- повар \_\_\_\_\_

Кимяева Е.И.