

**МЕНЮ**  
20 мая 2024 г.  
**Ясли 12 часов**



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ ( на сгущенном молоке) <small>(крупа манная, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)</small>	150	3,2	5,2	24,6	158	0,1
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сыр российский)</small>	29/0/4	3,1	1,4	14,7	84	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)</small>	180	0,1		7,4	30	0
<b>Итого</b>			<b>363</b>	<b>6,4</b>	<b>6,6</b>	<b>46,7</b>	<b>272</b>	<b>0,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ <small>(сок яблочный)</small>	115	0,6	0,1	11,3	48	0,9
<b>Итого</b>			<b>115</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>11,3</b>	<b>48</b>	<b>0,9</b>
<b>Обед</b>								
2008	110	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ) <small>(бройлеры цыпята потрош. 1 категории, пшено, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)</small>	150	5,1	7,3	12,2	138	4,4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ <small>(бройлеры цыпята потрош. 1 категории, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)</small>	150	10,7	11,4	8	179	22,9
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ <small>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)</small>	150			7,8	31	0
<b>Итого</b>			<b>488</b>	<b>18,3</b>	<b>19</b>	<b>44,1</b>	<b>426</b>	<b>27,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье сахарное мука высш.сорт)</small>	11	0,8	1	7,9	45	0
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности)</small>	129	3,7	3,1	6	68	0,7
<b>Итого</b>			<b>140</b>	<b>4,5</b>	<b>4,1</b>	<b>13,9</b>	<b>113</b>	<b>0,7</b>
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) <small>(кукуруза консервы, масло подсолнечное рафинированное)</small>	28	0,9	3,3	1,8	40	1,1
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)</small>	130	6	11,9	2,1	140	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	29	2,2	0,2	14,7	70	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)</small>	195	2	1,7	10,9	67	0,3
<b>Итого</b>			<b>382</b>	<b>11,1</b>	<b>17,1</b>	<b>29,5</b>	<b>317</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>			<b>40,9</b>	<b>46,9</b>	<b>145,5</b>	<b>1176</b>	<b>30,6</b>	

Бухгалтер Белова О.В. Белова О.В.

Повар Повар