

# МЕНЮ

18 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>								
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	3,28	3,51	28,35	157,52	0,07
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	27/6/4	2,02	5,49	13,65	112,19	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	1,01	1,09	12,42	63,55	0,05
<b>Итого</b>			<b>337</b>	<b>6,31</b>	<b>10,09</b>	<b>54,42</b>	<b>333,26</b>	<b>0,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	80	0,40	0,08	8,08	34,40	1,60
<b>Итого</b>			<b>80</b>	<b>0,40</b>	<b>0,08</b>	<b>8,08</b>	<b>34,40</b>	<b>1,60</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	17	0,14	0,02	0,29	2,25	0,86
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	5,70	9,54	11,39	155,16	13,49
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	120	9,30	13,67	23,09	252,44	0,68
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,72	22,87	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,50	0,33	15,99	76,95	0,00
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>17,64</b>	<b>23,56</b>	<b>56,48</b>	<b>509,67</b>	<b>15,03</b>
<b>Полдник</b>								
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	55	4,32	0,89	31,07	149,48	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	162	4,57	3,94	7,56	85,00	0,84
<b>Итого</b>			<b>217</b>	<b>8,89</b>	<b>4,83</b>	<b>38,63</b>	<b>234,48</b>	<b>0,84</b>
<b>Ужин</b>								
2012	207	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	205	6,27	5,00	27,71	181,36	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	176	0,10	0,00	12,52	50,45	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,39	0,19	15,74	74,28	0,00
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>8,76</b>	<b>5,19</b>	<b>55,97</b>	<b>306,09</b>	<b>0,04</b>
<b>Всего</b>				<b>42,00</b>	<b>43,75</b>	<b>213,58</b>	<b>1 417,90</b>	<b>17,63</b>

Ответственный за питание \_\_\_\_\_

Седова Кристина Илларионовна