

**МЕНЮ**

2 июля 2024 г.

**Ясли 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	5	7,6	18,5	163	0,5
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3	2,6	10,7	78	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,4	5,5	15,3	125	0
<b>Итого</b>			<b>339</b>	<b>11,4</b>	<b>15,7</b>	<b>44,5</b>	<b>366</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,3</b>	<b>45</b>	<b>9,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,5	6,9	9,5	124	11,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2,4	4,1	16,4	112	7,9
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	7,5	9	3	124	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,9	72	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>16,7</b>	<b>20,3</b>	<b>50,6</b>	<b>459</b>	<b>19,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>6,6</b>	<b>6,6</b>	<b>29,3</b>	<b>204</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	120	18,4	16,3	13,6	278	0,3
2008	411	ПОДЛИВА СЛАДКАЯ	30			7,8	31	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,6	0,1	10,8	51	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>20,1</b>	<b>16,4</b>	<b>38,2</b>	<b>384</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>55,2</b>	<b>59,4</b>	<b>171,9</b>	<b>1458</b>	<b>31</b>

Повар ella