



# МЕНЮ

5 февраля 2025 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Еиталин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	150	4,7	5	20,8	148	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		6,3	26	0
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,5	90	0
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>8,2</b>	<b>6,5</b>	<b>42,6</b>	<b>264</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ	150	4,3	4,4	11,3	102	3,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	4,9	3,7	22,1	141	0
2012	310	ГУЛЯШ КУРИНЫЙ	60	6,3	6,9	2,3	98	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,1	73	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>17,9</b>	<b>15,3</b>	<b>55,7</b>	<b>433</b>	<b>4,1</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	8	5,5	31,6	207	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>12,3</b>	<b>9,2</b>	<b>38,6</b>	<b>286</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	1	3,2	24	1,5
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	8	7,3	1,1	103	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,8	46	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>10,2</b>	<b>8,4</b>	<b>20,1</b>	<b>197</b>	<b>1,7</b>
<b>Всего</b>				<b>48,6</b>	<b>39,4</b>	<b>157</b>	<b>1180</b>	<b>7,2</b>

Повар Лагуз