



# МЕНЮ

6 февраля 2025 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,9	4,7	21,5	144	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	9,2	67	0,5
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,6	90	0
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>9,9</b>	<b>8,4</b>	<b>46,3</b>	<b>301</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРИЦЕЙ	150	4,7	4,3	11,3	104	11,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2	3,2	12	84	5,7
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	60	9,3	9,4	4,2	140	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	40	2,4	0,3	15,1	73	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>18,4</b>	<b>17,2</b>	<b>47,5</b>	<b>420</b>	<b>18,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ	150			8,8	35	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,5	54	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>1,7</b>	<b>0,1</b>	<b>20,3</b>	<b>89</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ОГУРЦЫ СОЛЁНЫЕ	40	0,2		0,5	4	1,5
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,9	3	18,6	138	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,1	11,5	54	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>10,9</b>	<b>3,1</b>	<b>36,6</b>	<b>220</b>	<b>1,5</b>
<b>Всего</b>				<b>40,9</b>	<b>28,8</b>	<b>150,7</b>	<b>1030</b>	<b>20,7</b>

Повар \_\_\_\_\_