



## МЕНЮ

10 декабря 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>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ	150	4,7	5	20,7	148	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,2	8,1	63	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,2	1,5	14,1	83	0
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>10,5</b>	<b>8,7</b>	<b>42,9</b>	<b>294</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ	150/9	5,3	5,7	14,3	132	3,6
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С КУРИЦЕЙ	150	8,4	7,8	15	165	7,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,9	72	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>16</b>	<b>13,8</b>	<b>50</b>	<b>392</b>	<b>11,5</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	219	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	16,9	13,5	16,8	260	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	1,5	0,1	9,9	47	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>18,5</b>	<b>13,6</b>	<b>40,5</b>	<b>362</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>51,6</b>	<b>42,7</b>	<b>162,7</b>	<b>1252</b>	<b>13,4</b>

Повар \_\_\_\_\_