



# МЕНЮ

11 сентября 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,9	7,2	22,5	170	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,6	2,1	10,5	72	0,5
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,4	5,5	15,1	124	0
Итого			<b>339</b>	<b>9,9</b>	<b>14,8</b>	<b>48,1</b>	<b>366</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			<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	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И СМЕТАНОЙ	150/9	4,5	5,2	12,3	116	4
2008	309	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	8,3	7,7	9,4	141	11,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			<b>499</b>	<b>15,5</b>	<b>13,3</b>	<b>46,1</b>	<b>369</b>	<b>15,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	473	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	5,4	3,4	41,9	219	0,1
Итого			<b>200</b>	<b>9,7</b>	<b>7,1</b>	<b>48,9</b>	<b>298</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	1	3,2	24	1,5
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	5,5	12,5	1,4	140	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,2	67	0
Итого			<b>330</b>	<b>8,4</b>	<b>13,7</b>	<b>24,8</b>	<b>255</b>	<b>1,6</b>
Всего				<b>43,9</b>	<b>49,3</b>	<b>177,2</b>	<b>1333</b>	<b>28,4</b>

Повар Ладур