



# МЕНЮ

20 февраля 2025 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,8	4,7	22,4	147	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	9,1	66	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,4	1,5	15,2	88	0
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>9,7</b>	<b>8,4</b>	<b>46,7</b>	<b>301</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	104	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	5,2	4,5	10,9	106	4,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	7,9	7,5	5,7	124	18,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	15,9	77	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>15,6</b>	<b>12,3</b>	<b>37,4</b>	<b>326</b>	<b>22,9</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,2	67	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>6,5</b>	<b>3,9</b>	<b>21,2</b>	<b>146</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,5		1,1	7	0,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	5,5	9,3	1,2	111	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
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>8,3</b>	<b>9,5</b>	<b>22,5</b>	<b>209</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>40,1</b>	<b>34,1</b>	<b>127,8</b>	<b>982</b>	<b>25,3</b>

Повар Ладина