



**МЕНЮ**  
20 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4,3	6,4	21,9	163	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,5	2	10,3	71	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,4	5,5	15,1	124	0
Итого			<b>339</b>	<b>10,2</b>	<b>13,9</b>	<b>47,3</b>	<b>358</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,3	7,2	10,6	126	3,8
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	8,4	8,1	5,4	130	18,6
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150			6,7	27	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,3	0,3	14,6	70	0
Итого			<b>499</b>	<b>15</b>	<b>15,6</b>	<b>37,3</b>	<b>353</b>	<b>22,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	479	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	5,3	4,2	31,1	183	0,1
Итого			<b>200</b>	<b>9,6</b>	<b>7,9</b>	<b>38,1</b>	<b>262</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	0,7		1,6	9	1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	110	8,5	9,1	1	121	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,1	0,1	7,4	35	0
Итого			<b>330</b>	<b>10,4</b>	<b>9,2</b>	<b>16</b>	<b>189</b>	<b>1,2</b>
Всего				<b>45,2</b>	<b>46,6</b>	<b>138,7</b>	<b>1162</b>	<b>25,7</b>

Повар Мер