



# МЕНЮ

20 декабря 2024 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,5	4,3	16,6	120	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,1	1,8	8,4	59	0,4
2012		БАТОН С СЫРОМ	30/0/4	3,3	1,5	14,5	85	0
Итого			334	8,9	7,6	39,5	264	0,8
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,2	5	9,8	104	3,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	8,3	8,1	5,3	129	18
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,9	19	0
2008	К/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	14,2	68	0
Итого			499	14,7	13,4	34,2	320	21,2
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146	0
Итого			185	6,9	7,1	33	225	0,8
<b>Ужин</b>								
2008		ТОМАТЫ СОЛЁНЫЕ	40	0,4		1	6	4
		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	0,1	6,5	31	0
Итого			330	10,4	3,1	32,1	199	4
Всего				41,9	31,4	158,6	1094	30,8

Повар