



## МЕНЮ

23 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	7,9	18,4	160	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	8,1	63	0,4
2012		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/5/4	3,7	5,5	17,1	134	0
<b>Итого</b>			<b>339</b>	<b>10,1</b>	<b>15,6</b>	<b>43,6</b>	<b>357</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,8	4	3,1
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ	150	5,4	5,9	15,3	136	4,2
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	120	8,7	9,9	17,3	194	9,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,1	0,4	19,8	95	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>17,4</b>	<b>16,2</b>	<b>59</b>	<b>452</b>	<b>16,4</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	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	19,7	18,2	25,4	347	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,3	58	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>21,7</b>	<b>18,4</b>	<b>43,7</b>	<b>429</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>55,8</b>	<b>56,8</b>	<b>175,6</b>	<b>1442</b>	<b>18,3</b>

Повар \_\_\_\_\_