

Согласовано



# МЕНЮ

28 ноября 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	4,8	22,6	149	0,5
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2012		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,1	4,3	12,9	99	0
Итого			<b>335</b>	<b>6,1</b>	<b>9,1</b>	<b>41,5</b>	<b>272</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,8</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150/9	4,3	5,1	11	110	3,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2	3,2	12,1	85	5,7
2008	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	60	10,2	10,3	3,7	148	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,2	0,3	13,9	67	0
Итого			<b>499</b>	<b>18,7</b>	<b>18,9</b>	<b>46,5</b>	<b>433</b>	<b>10,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008		СНЕЖОК	150	3,9	3,4	5,4	72	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,8	46	0
Итого			<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>3,5</b>	<b>15,2</b>	<b>118</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/4	5,2	4,1	27,4	167	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,3	9,3	68	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,1	9,8	46	0
Итого			<b>334</b>	<b>9,3</b>	<b>6,5</b>	<b>46,5</b>	<b>281</b>	<b>0,5</b>
Всего				<b>40,5</b>	<b>38,2</b>	<b>169,5</b>	<b>1190</b>	<b>15,2</b>

Повар