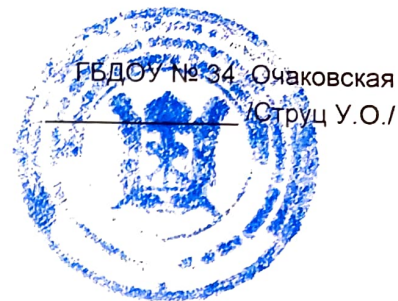


Утверждаю



МЕНЮ

12 ноября 2024 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,4 | 6,9 | 10 | 69 | 0 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 3,8 | 6,1 | 20,9 | 154 | 0,4 |
| | | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,7 | 2,2 | 9,3 | 68 | 0,5 |
| Итого | | | 365 | 9,9 | 15,2 | 40,2 | 291 | 0,9 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 69 | 0 |
| Итого | | | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 69 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 42 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 10 | 4 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 4,1 | 4,3 | 12,1 | 104 | 4,7 |
| 2012 | 294 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ | 170 | 16,4 | 18 | 18,7 | 229 | 15,69 |
| | ТК№027 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,5 | 0,2 | 11,9 | 61 | 60 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 31 | 0 |
| | | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,1 | 0,5 | 7,7 | 39 | 0 |
| Итого | | | 553 | 23,5 | 23,2 | 58,3 | 474 | 84,39 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 246 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 50 | 0,5 | 3 | 1,5 | 36 | 0,5 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,4 | 3,7 | 15,7 | 107 | 7,54 |
| | | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 150 | 0,1 | 0,1 | 7,7 | 33 | 1,2 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1 | 0,1 | 6,4 | 31 | 0 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 4,8 | 1,4 | 28,2 | 144 | 0,1 |
| Итого | | | 375 | 8,8 | 8,3 | 59,5 | 351 | 9,34 |
| Всего | | | | 43 | 46,9 | 173,2 | 1185 | 94,63 |