

**МЕНЮ**

14 января 2025 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	181	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,94	6,07	23,03	162,74	0,31
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	23/6/3	2,48	6,42	11,65	114,60	0,01
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	109	2,13	1,81	9,17	61,93	0,37
<b>Итого</b>			<b>291</b>	<b>8,55</b>	<b>14,30</b>	<b>43,85</b>	<b>339,27</b>	<b>0,69</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	102	0,51	0,10	10,30	43,86	2,04
<b>Итого</b>			<b>102</b>	<b>0,51</b>	<b>0,10</b>	<b>10,30</b>	<b>43,86</b>	<b>2,04</b>
<b>Обед</b>								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	1,84	3,58	11,61	89,74	3,51
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	134	10,41	10,97	6,82	168,49	16,56
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,38	0,32	15,26	73,43	0,00
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>14,63</b>	<b>14,87</b>	<b>39,50</b>	<b>354,88</b>	<b>20,07</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	106	3,13	2,71	5,19	58,37	0,58
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,61	2,10	15,94	89,36	0,00
<b>Итого</b>			<b>127</b>	<b>4,74</b>	<b>4,81</b>	<b>21,13</b>	<b>147,73</b>	<b>0,58</b>
<b>Ужин</b>								
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	125	10,49	9,01	0,74	126,05	0,18
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	166	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,68	0,14	11,04	52,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>313</b>	<b>12,17</b>	<b>9,15</b>	<b>17,59</b>	<b>201,37</b>	<b>0,18</b>
<b>Всего</b>				<b>40,60</b>	<b>43,23</b>	<b>132,37</b>	<b>1 087,11</b>	<b>23,56</b>

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ Седова Кристина Илларионовна

# МЕНЮ

14 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,94	5,88	22,86	160,40	0,31
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	144	3,20	2,71	10,85	81,34	0,55
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/7/6	3,42	7,77	15,50	146,02	0,02
<b>Итого</b>			<b>337</b>	<b>10,56</b>	<b>16,36</b>	<b>49,21</b>	<b>387,76</b>	<b>0,88</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	102	0,51	0,10	10,32	43,92	2,04
<b>Итого</b>			<b>102</b>	<b>0,51</b>	<b>0,10</b>	<b>10,32</b>	<b>43,92</b>	<b>2,04</b>
<b>Обед</b>								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,62	4,94	16,73	126,26	4,80
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	175	12,97	12,47	10,95	209,46	26,93
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,64	30,57	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,00	0,40	19,22	92,46	0,00
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>18,59</b>	<b>17,81</b>	<b>54,54</b>	<b>458,75</b>	<b>31,73</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	142	3,98	3,43	6,59	74,15	0,74
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,61	2,10	15,94	89,36	0,00
<b>Итого</b>			<b>163</b>	<b>5,59</b>	<b>5,53</b>	<b>22,53</b>	<b>163,51</b>	<b>0,74</b>
<b>Ужин</b>								
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	125	10,49	9,13	0,74	127,11	0,18
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	177	0,00	0,00	4,79	19,16	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,22	0,18	14,63	69,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>331</b>	<b>12,71</b>	<b>9,31</b>	<b>20,16</b>	<b>215,30</b>	<b>0,18</b>
<b>Всего</b>				<b>47,96</b>	<b>49,11</b>	<b>156,76</b>	<b>1 269,24</b>	<b>35,57</b>

Ответственный за питание \_\_\_\_\_ Седова Кристина Илларионовна