



**МЕНЮ**  
**18 сентября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,6	5,7	20,7	154	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5,2	0,1	47	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	1,9	0,7	12,9	66	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,2	11,7	80	0,5
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>9,4</b>	<b>13,8</b>	<b>45,4</b>	<b>347</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,7	67	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>67</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	4,2	6,4	10,5	150	2,7
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	8,9	13,8	8,8	196	23,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,9	0,4	18,5	89	0
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>16</b>	<b>20,6</b>	<b>43,8</b>	<b>459</b>	<b>26,3</b>
<b>Полдник</b>								
2012	485	БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	1,9	0,7	22,9	105	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3,8	7,3	82	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,3</b>	<b>4,5</b>	<b>30,2</b>	<b>187</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	40	1	0,1	6,7	31	1,1
2008	239	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	13,7	15	3,4	207	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,5	59	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,3	26	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>16,7</b>	<b>15,3</b>	<b>28,9</b>	<b>323</b>	<b>1,5</b>
<b>Всего</b>				<b>49,2</b>	<b>54,4</b>	<b>163</b>	<b>1383</b>	<b>29,6</b>

**МЕНЮ**  
18 сентября 2024 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5	6,2	22,4	167	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,7	0,1	61	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,9	1,1	19,5	100	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	13	87	0,5
<b>Итого</b>			408	11	16,4	55	415	1
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	17	77	0
<b>Итого</b>			150	0,8	0,2	17	77	0
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,4	8,4	14,7	210	3,6
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	150	10,5	14,4	10,9	265	33,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			600	19,2	23,2	53,6	604	37
<b>Полдник</b>								
2012	485	БАТОН С ПОВИДЛОМ	70	2,9	1,1	29,3	139	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
<b>Итого</b>			250	7,9	5,5	37,6	233	0,9
<b>Ужин</b>								
2012	268	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	180	12,4	11,8	3	202	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,2	15,3	72	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
<b>Итого</b>			450	15,5	12,1	30	325	1,1
<b>Всего</b>				54,4	57,4	193,2	1654	40