



МЕНЮ
18 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 416 | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ | 140 | 4,3 | 7,5 | 19,9 | 163 | 0,5 |
| 2012 | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 6 | | 7,4 | 0,1 | 67 | 0 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 6 | 24 | 0 |
| Итого | | | 356 | 6,7 | 15,8 | 41,4 | 333 | 0,5 |
| 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 95 | ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б | 150 | 4,7 | 7 | 9,9 | 126 | 13,9 |
| 2012 | 321 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 110 | 3,8 | 5,5 | 24 | 160 | 0 |
| 2012 | 311 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 50 | 7,3 | 8,4 | 6 | 128 | 1,6 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 5,8 | 23 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 500 | 18,4 | 21,3 | 62,7 | 519 | 15,5 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ВАФЛЯ | 30 | 0,8 | 1 | 22,5 | 103 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 4,2 | 8 | 89 | 0,9 |
| Итого | | | 200 | 5,6 | 5,2 | 30,5 | 192 | 0,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | СУП МОЛОЧНЫЙ КРУПЕННОЙ | 150 | 4 | 6,6 | 23,3 | 169 | 0,5 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 2,6 | 13,5 | 90 | 0,5 |
| Итого | | | 390 | 10 | 9,4 | 56,3 | 351 | 1 |
| Всего | | | | 41,5 | 51,9 | 206,1 | 1464 | 17,9 |



МЕНЮ
18 ноября 2024 г.
Сад 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 | 416 | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ | 160 | 4,8 | 6 | 23,3 | 167 | 0,5 |
| 2012 | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 8 | | 7,2 | 0,1 | 65 | 0 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 105 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 7,1 | 29 | 0 |
| Итого | | | 408 | 7,9 | 14,4 | 51,1 | 366 | 0,5 |
| 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 95 | ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б | 200 | 5,4 | 8,8 | 10,3 | 147 | 14 |
| 2012 | 321 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 130 | 4,9 | 6 | 30,7 | 196 | 0 |
| 2012 | 311 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 70 | 8,9 | 10,8 | 6,8 | 159 | 1,9 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 7,5 | 30 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102 | 0 |
| Итого | | | 650 | 22,5 | 26 | 76,5 | 634 | 15,9 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ВАФЛЯ | 50 | 1,4 | 1,6 | 37,5 | 172 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| Итого | | | 250 | 7 | 6,5 | 46,8 | 277 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | СУП МОЛОЧНЫЙ КРУПЕННОЙ | 200 | 4,4 | 6,6 | 28,1 | 191 | 0,5 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 95 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 2,5 | 12,8 | 86 | 0,5 |
| Итого | | | 440 | 10,5 | 9,3 | 61 | 372 | 1 |
| Всего | | | | 48,7 | 56,4 | 250,6 | 1718 | 18,4 |