



# МЕНЮ

8 мая 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>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	4,2	5,6	18,7	142	0,4
		ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>10,8</b>	<b>14,3</b>	<b>42,3</b>	<b>288</b>	<b>2,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочно - абрикосовый )	150					0
<b>Итого</b>			<b>150</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	42	0,3		1	6	1,6
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куриная грудка филе, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень))	165	4	4,6	11,9	107	6,5
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная)	55	11,8	5,8	1,9	121	9,1
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,4	6,9	13,4	125	3,8
		КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150			15	57	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>607</b>	<b>21,7</b>	<b>18,1</b>	<b>64,1</b>	<b>519</b>	<b>21</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	85	15,1	7,7	13,7	188	0,17
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,4	3	7,3	74	0,8
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	101	0,8	0,2	7,5	38	15,2
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	55	4	6,5	26,4	165	0
<b>Итого</b>			<b>391</b>	<b>24,3</b>	<b>17,4</b>	<b>54,9</b>	<b>465</b>	<b>16,17</b>
<b>Всего</b>				<b>56,8</b>	<b>49,8</b>	<b>161,3</b>	<b>1272</b>	<b>39,27</b>