



## МЕНЮ

19 декабря 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	130	4,1	4,5	20,6	142	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	43/7/6	2,5	4,6	20,4	134	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	13,3	110	0,8
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>10,8</b>	<b>13,6</b>	<b>54,3</b>	<b>386</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	91	0,5	0,1	10	44	2
<b>Итого</b>			<b>91</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	35	0,3	1,7	2,7	29	0,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	148/6	2,9	1,1	16,2	86	5,1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,1	1,8	22,6	115	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	25/5	5,4	8,5	1,6	108	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			6,2	25	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,4	18,5	89	0
<b>Итого</b>			<b>533</b>	<b>13,6</b>	<b>13,5</b>	<b>67,8</b>	<b>452</b>	<b>7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	53	3,5	3,3	21,2	128	2,02
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	70	1,9	1,7	2,7	36	0,2
<b>Итого</b>			<b>123</b>	<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>23,9</b>	<b>164</b>	<b>2,22</b>
<b>Ужин</b>								
2008	253	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	94	6,2	6,3	4,6	101	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,7	41	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		3,8	16	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	49	0,2	0,2	4,7	22	2
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>7,8</b>	<b>6,6</b>	<b>21,8</b>	<b>180</b>	<b>4,82</b>
<b>Всего</b>				<b>38,1</b>	<b>38,8</b>	<b>177,8</b>	<b>1226</b>	<b>17,14</b>

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:  Моисеева Т.А.