

**МЕНЮ**

9 апреля 2024 г.

Ясли 10,5 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	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,4	7	18,9	157	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,7	2,3	14,4	90	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24	1,8	4,8	12,3	100	0
<b>Итого</b>			<b>344</b>	<b>8,9</b>	<b>14,1</b>	<b>45,6</b>	<b>347</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	7,1	8,3	8,6	141	7,1
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	180	13,2	4,6	17,7	167	8,8
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,5	0,9	1,9	21	0,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	175	0,9		22,2	96	7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
<b>Итого</b>			<b>595</b>	<b>23,9</b>	<b>14,1</b>	<b>63,6</b>	<b>490</b>	<b>25,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	299	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В МОЛОКЕ	90	2,5	2,6	17,3	103	8,1
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,8	7,2	81	0,8
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
<b>Итого</b>			<b>273</b>	<b>8,5</b>	<b>7,1</b>	<b>36,3</b>	<b>244</b>	<b>8,9</b>
<b>Всего</b>				<b>41,7</b>	<b>35,7</b>	<b>155,3</b>	<b>1128</b>	<b>45,2</b>



Согласовано

директор  
МОУ "Беседская ООШ"  
Сафиханова И.В./

# МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

Сад 10,5 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,6	7,5	26,4	196	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,5	16,1	100	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/5	2,5	5,1	17	124	0
<b>Итого</b>			<b>418</b>	<b>11,2</b>	<b>15,1</b>	<b>59,5</b>	<b>420</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	10,4	50	10,6
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>10,4</b>	<b>50</b>	<b>10,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	8,6	9,6	10,4	166	8
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	220	14,9	6,3	19,5	197	9,6
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	35	0,5	0,9	1,9	21	0,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0,9	0,2	17,2	73	3,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
<b>Итого</b>			<b>713</b>	<b>27,8</b>	<b>17,4</b>	<b>66</b>	<b>542</b>	<b>24,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	299	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В МОЛОКЕ	100	2,7	3,4	18,9	118	8,9
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,5	8,6	97	0,9
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>10</b>	<b>8,8</b>	<b>42,9</b>	<b>294</b>	<b>9,8</b>
<b>Всего</b>				<b>49,4</b>	<b>41,7</b>	<b>178,8</b>	<b>1306</b>	<b>45,9</b>