

**МЕНЮ**

9 декабря 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              | 189           | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ     | 150        | 4,3               | 6,8         | 19,4         | 157                           | 0,5           |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С МОЛОКОМ          | 170        | 1,6               | 1,3         | 11,6         | 64                            | 0,3           |
| 2008              | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ     | 24/5       | 1,8               | 4,8         | 12,3         | 100                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                        | <b>349</b> | <b>7,7</b>        | <b>12,9</b> | <b>43,3</b>  | <b>321</b>                    | <b>0,8</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              | 89            | РАССОЛЬНИК             | 150        | 5                 | 5,9         | 10,3         | 116                           | 3,3           |
| 2008              | 133           | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ      | 180        | 18,4              | 16,8        | 17,9         | 300                           | 8,7           |
| 2008              | 410           | КИСЕЛЬ                 | 150        |                   |             | 15,9         | 64                            | 0             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ            | 30         | 2                 | 0,3         | 12,7         | 61                            | 0             |
| к/к               | к/к           | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | 30         | 3                 | 1,5         | 18           | 98                            | 0,8           |
| <b>Итого</b>      |               |                        | <b>540</b> | <b>28,4</b>       | <b>24,5</b> | <b>74,8</b>  | <b>639</b>                    | <b>12,8</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |                        |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 338           | ОВОЩИ ПО-КАРПАТСКИ     | 90         | 2,2               | 3,3         | 15,4         | 100                           | 5,3           |
| 2008              | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ          | 10         |                   |             |              |                               | 0             |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С МОЛОКОМ          | 150        | 1,8               | 1,5         | 8,3          | 55                            | 0,3           |
| 2008              |               | БАТОН                  | 23         | 1,7               | 0,7         | 11,8         | 60                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                        | <b>273</b> | <b>5,7</b>        | <b>5,5</b>  | <b>35,5</b>  | <b>215</b>                    | <b>5,6</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |                        |            | <b>42,2</b>       | <b>43,3</b> | <b>163,4</b> | <b>1222</b>                   | <b>29,2</b>   |