

**МЕНЮ**

13 ноября 2024 г.

Ясли 10,5 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,9	6,9	21,9	171	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,7	13,9	94	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	24/4/10	4,2	7	12,3	130	0,1
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>12,2</b>	<b>16,6</b>	<b>48,1</b>	<b>395</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	114	0,6		14,5	63	4,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63	0
<b>Итого</b>			<b>129</b>	<b>1,7</b>	<b>1,5</b>	<b>25,7</b>	<b>126</b>	<b>4,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	102	СУП С ФАСОЛЬЮ	150	8,1	7,8	11	149	3,9
2008	231	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	11,3	2,4	1,7	75	1,2
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	120	3,1	3,6	23,8	141	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
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>540</b>	<b>24,7</b>	<b>14,1</b>	<b>56,7</b>	<b>458</b>	<b>17</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	113	11	6,2	39	258	0,1
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>286</b>	<b>17</b>	<b>10,7</b>	<b>58</b>	<b>399</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>				<b>55,6</b>	<b>42,9</b>	<b>188,5</b>	<b>1378</b>	<b>23,6</b>

Согласовано



директор

МОУ "Беседская ООШ"

/Сафиханова И.В./

**МЕНЮ**

13 ноября 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,8	7,2	26,9	197	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,3	16	110	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	33/5/17	6,5	10,3	17	188	0,1
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>16,1</b>	<b>20,8</b>	<b>59,9</b>	<b>495</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	154	0,8	0,2	15,5	66	3,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
<b>Итого</b>			<b>179</b>	<b>2,7</b>	<b>2,7</b>	<b>34,1</b>	<b>170</b>	<b>3,1</b>
<b>Обед</b>								
2008	102	СУП С ФАСОЛЬЮ	200	10,2	9,1	14,6	184	5,1
2008	231	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	12,8	2,5	2,1	84	1,4
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	140	3,3	4,6	25,4	157	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
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>688</b>	<b>29,2</b>	<b>16,6</b>	<b>67,1</b>	<b>542</b>	<b>20,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	17,5	11,7	47,8	371	0,1
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>335</b>	<b>24,8</b>	<b>17,1</b>	<b>71,8</b>	<b>547</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>72,8</b>	<b>57,2</b>	<b>232,9</b>	<b>1754</b>	<b>25,6</b>