

**МЕНЮ**  
19 ноября 2024 г.

Сад 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              | 184           | КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ         | 180        | 5                 | 7,2         | 23,4         | 179                           | 0,6           |
| 2008              | 432           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК            | 200        | 3,1               | 2,5         | 16,1         | 100                           | 0,5           |
| 2008              | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ           | 33/5/17    | 6,5               | 10,3        | 17           | 188                           | 0,1           |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>435</b> | <b>14,6</b>       | <b>20</b>   | <b>56,5</b>  | <b>467</b>                    | <b>1,2</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                | 116        | 0,6               | 0,1         | 11,7         | 50                            | 2,3           |
| 2008              |               | ПЕЧЕНЬЕ                     | 25         | 1,9               | 2,5         | 18,6         | 104                           | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>141</b> | <b>2,5</b>        | <b>2,6</b>  | <b>30,3</b>  | <b>154</b>                    | <b>2,3</b>    |
| <b>Обед</b>       |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 92            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | 200        | 8,8               | 10,1        | 16,4         | 192                           | 4             |
| 2008              | 346           | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ     | 220        | 19,7              | 17,3        | 5,7          | 264                           | 16,3          |
| 2008              | 411           | КИСЕЛЬ                      | 180        |                   |             | 19,9         | 80                            | 0             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                 | 38         | 2,5               | 0,3         | 16,1         | 78                            | 0             |
| к/к               | к/к           | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ      | 50         | 1,6               | 0,1         | 3,3          | 20                            | 2             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>688</b> | <b>32,6</b>       | <b>27,8</b> | <b>61,4</b>  | <b>634</b>                    | <b>22,3</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              | 430           | ЧАЙ С МОЛОКОМ               | 180        | 1,7               | 1,3         | 8,8          | 53                            | 0,3           |
| 2008              |               | БАТОН                       | 30         | 2,3               | 0,9         | 15,4         | 79                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>320</b> | <b>6,7</b>        | <b>5,6</b>  | <b>43,1</b>  | <b>250</b>                    | <b>9,2</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |                             |            | <b>56,4</b>       | <b>56</b>   | <b>191,3</b> | <b>1505</b>                   | <b>35</b>     |

**МЕНЮ**

19 ноября 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              | 184           | КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ         | 150        | 4,3               | 6,8         | 18,6         | 154                           | 0,5           |
| 2008              | 432           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК            | 170        | 2,7               | 2,3         | 14,4         | 90                            | 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>11,2</b>       | <b>16,1</b> | <b>45,3</b>  | <b>374</b>                    | <b>1,1</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                | 115        | 0,6               |             | 14,6         | 63                            | 4,6           |
| 2008              |               | ПЕЧЕНЬЕ                     | 15         | 1,1               | 1,5         | 11,2         | 63                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>130</b> | <b>1,7</b>        | <b>1,5</b>  | <b>25,8</b>  | <b>126</b>                    | <b>4,6</b>    |
| <b>Обед</b>       |               |                             |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008              | 92            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ | 150        | 7,3               | 7,8         | 13,3         | 154                           | 3,1           |
| 2008              | 346           | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ     | 180        | 18,8              | 16,5        | 5,6          | 252                           | 15,9          |
| 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         | 0,9               | 0,1         | 2            | 12                            | 1,2           |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>540</b> | <b>29</b>         | <b>24,7</b> | <b>49,5</b>  | <b>543</b>                    | <b>20,2</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              | 430           | ЧАЙ С МОЛОКОМ               | 150        | 1,6               | 1,3         | 7,6          | 48                            | 0,3           |
| 2008              |               | БАТОН                       | 23         | 1,7               | 0,7         | 11,8         | 60                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |                             | <b>273</b> | <b>5,8</b>        | <b>4,6</b>  | <b>36,7</b>  | <b>211</b>                    | <b>8,4</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |                             |            | <b>47,7</b>       | <b>46,9</b> | <b>157,3</b> | <b>1254</b>                   | <b>34,3</b>   |