

**МЕНЮ**  
24 декабря 2024 г.

Сад 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	7,1	26,6	190	0,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10	0,2		11,5	49	1,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/5	2,5	5,1	17	124	0
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>7,3</b>	<b>12,2</b>	<b>55,1</b>	<b>363</b>	<b>2,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	116	0,6	0,1	11,7	50	2,3
<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	107	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/11	16	10,6	29,7	281	3,6
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	18,7	9,1	9,2	219	13,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	4,1	7	24,1	177	10,7
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	35	0,6	0,9	2,6	24	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	2	3,9	37	2
<b>Итого</b>			<b>734</b>	<b>42,6</b>	<b>29,9</b>	<b>92,6</b>	<b>844</b>	<b>30,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	1,9	3,5	11	84	9,4
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>9,2</b>	<b>8,9</b>	<b>35</b>	<b>260</b>	<b>10,3</b>
<b>Всего</b>				<b>61,6</b>	<b>53,6</b>	<b>213</b>	<b>1621</b>	<b>45,3</b>

# МЕНЮ

24 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>								
			150	3,9	6,8	19,9	157	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	170/10	0,1		9,4	39	0,8
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	24/5	1,8	4,8	12,3	100	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ						
<b>Итого</b>			<b>359</b>	<b>5,8</b>	<b>11,6</b>	<b>41,6</b>	<b>296</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5		12,7	55	4
<b>Итого</b>			<b>115</b>	<b>1,6</b>	<b>1,5</b>	<b>23,9</b>	<b>118</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	107	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/9	11,3	8,2	20,5	203	3,1
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	14,8	7,1	8,1	177	10,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,6	5,8	20,3	149	9,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,5	0,8	2,6	22	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,5	1	2,6	22	1,4
<b>Итого</b>			<b>579</b>	<b>32,7</b>	<b>23,2</b>	<b>73,8</b>	<b>662</b>	<b>25</b>
<b>Полдник</b>								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	90	1,8	3,5	10,9	83	9,4
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>7,8</b>	<b>8</b>	<b>29,9</b>	<b>224</b>	<b>10,2</b>
<b>Всего</b>				<b>47,9</b>	<b>44,3</b>	<b>169,2</b>	<b>1300</b>	<b>40,5</b>