

# МЕНЮ

17 декабря 2024 г.

## Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2018	205	КАША МАННАЯ	150	3,7	5,9	31,2	173	0,4
2018	304	КАКАО	174	3	3,4	30,3	118	0,7
2018	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5	1,8	4,2	12	100	0
<b>Итого</b>			<b>353</b>	<b>8,5</b>	<b>13,5</b>	<b>73,5</b>	<b>391</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ФРУКТ	61	0,6	0,2	8,7	40	1,7
<b>Итого</b>			<b>61</b>	<b>0,6</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>40</b>	<b>1,7</b>
<b>Обед</b>								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	1,5	3,4	2,8	47	1,3
2018	75	УХА С КРУПОЙ	150	4,1	2,8	9,3	84	3,1
2018	120	СУФЛЕ ИЗ ГОВ. С РИСОМ	61/25	11,8	13,8	6,7	225	0,1
2018	151	КАПУСТА ТУШ. С ЯБЛОКАМИ	120	2,4	3,4	11,1	92	24
2015	355	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,8	0,1	24,1	98	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10					0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	17	72	0
<b>Итого</b>			<b>626</b>	<b>22,8</b>	<b>23,9</b>	<b>71</b>	<b>618</b>	<b>28,8</b>
<b>Полдник</b>								
2018	268	ПИРОЖКИ С КАРТОФЕЛЕМ	53	14,2	11,7	51,2	363	30,63
2018	293	РЯЖЕНКА	138	2,7	3,4	5,6	67	0,2
<b>Итого</b>			<b>191</b>	<b>16,9</b>	<b>15,1</b>	<b>56,8</b>	<b>430</b>	<b>30,83</b>
<b>Ужин</b>								
2018	298	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛ.	100/10	11,3	9,7	24,4	201	0,2
2018	298	ЧАЙ	184	0,1		11,8	43	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,8	0,1	12	57	0
<b>Итого</b>			<b>318</b>	<b>13,2</b>	<b>9,8</b>	<b>48,2</b>	<b>301</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>62</b>	<b>62,5</b>	<b>258,2</b>	<b>1780</b>	<b>62,63</b>