

# МЕНЮ

23 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	78	СУП МОЛ. С КРУПОЙ	150	2,1	2,7	21,6	94	0,4
2018	302	КОФ. НАПИТОК	180	2,8	3,3	28	106	0,7
2018	2	БУТ-Д С МАСЛОМ И СЫРОМ	32/5/10	4,1	6,6	16,6	149	0,1
<b>Итого</b>			<b>377</b>	<b>9</b>	<b>12,6</b>	<b>66,2</b>	<b>349</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ФРУКТ	90	0,5	0,1	4,9	26	36,2
<b>Итого</b>			<b>90</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>4,9</b>	<b>26</b>	<b>36,2</b>
<b>Обед</b>								
2018	34	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЙ"	48	0,8	4	4	54	2
2018	60	БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ	152/15	5,1	5,8	8,1	118	4,9
2018	232	МАК. ИЗД. С ОВОЩАМИ	120	2,6	6	25,9	168	1,2
2018	87	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБ.	51	6,3	1	5,6	56	0,2
2018	309	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,2	0,2	8,9	38	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	11	52	0
<b>Итого</b>			<b>609</b>	<b>17,7</b>	<b>17,1</b>	<b>73,2</b>	<b>521</b>	<b>8,3</b>
<b>Полдник</b>								
2018	289	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	51	3,6	1	32,2	143	0,1
2018	293	КЕФИР	150	4,4	3,8	6	72	1,1
<b>Итого</b>			<b>201</b>	<b>8</b>	<b>4,8</b>	<b>38,2</b>	<b>215</b>	<b>1,2</b>
<b>Ужин</b>								
2018	125	ЗАПЕКАНКА КАРТ. С МЯСОМ И ТОМ. СОУСОМ	181/30	15,9	23,7	28,3	434	13,6
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,1	30	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,2	0,2	8,9	38	0
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>17,2</b>	<b>23,9</b>	<b>45,3</b>	<b>502</b>	<b>14,3</b>
<b>Всего</b>				<b>52,4</b>	<b>58,5</b>	<b>227,8</b>	<b>1613</b>	<b>61,2</b>