

**МЕНЮ**  
2 октября 2023 г.**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                               | Выход   | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------|---------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                  |         | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                  |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 190                 | КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"                                           | 130     | 3,9               | 5,3     | 16,6             | 132                                      | 0,2                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                                            | 20      | 1,6               | 0,2     | 9,8              | 48                                       | 0                     |
|                               | 12                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                                       | 160     | 2,6               | 2,7     | 10,8             | 79                                       | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                                                  | 310     | 8,1               | 8,2     | 37,2             | 259                                      | 0,4                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                  |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                                    | 200     | 1                 |         | 14,6             | 62                                       | 344                   |
| Итого                         |                     |                                                                  | 200     | 1                 |         | 14,6             | 62                                       | 344                   |
| Обед                          |                     |                                                                  |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 48                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ                                       | 40      | 0,4               | 2,3     | 2,6              | 34                                       | 1,2                   |
| 2008                          | 92                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ<br>НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО<br>СМЕТАНОЙ | 180/0/3 | 2,7               | 2,9     | 18,8             | 111                                      | 6,8                   |
| 2008                          | 312                 | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ                             | 60/20   | 8,4               | 11,4    | 2                | 145                                      | 0,3                   |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                       | 120     | 4,9               | 5       | 22,2             | 153                                      | 0                     |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                   | 20      | 2,1               | 0,2     | 13,8             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                      | 40      | 2,6               | 0,4     | 13,7             | 72                                       | 0                     |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                                           | 150     |                   |         | 13,7             | 55                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                  | 633     | 21,1              | 22,2    | 86,8             | 637                                      | 8,3                   |
| Полдник                       |                     |                                                                  |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 5                   | БИФИДОК                                                          | 100     | 3,3               | 2,4     | 5,3              | 59                                       | 0,7                   |
|                               | 19                  | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ                                                | 55      | 4,8               | 8,2     | 31,5             | 218                                      | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                                                  | 155     | 8,1               | 10,6    | 36,8             | 277                                      | 0,9                   |
| Ужин                          |                     |                                                                  |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 231                 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С<br>ОВОЩАМИ                             | 60      | 5,7               | 2,7     | 2,6              | 58                                       | 0,9                   |
| 2008                          | 123                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                                               | 120     | 2,3               | 0,5     | 18,3             | 87                                       | 16,62                 |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                   | 20      | 2,1               | 0,2     | 13,8             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                          | 180     | 0,1               |         | 8                | 33                                       | 0,6                   |
| Итого                         |                     |                                                                  | 380     | 10,2              | 3,4     | 42,7             | 245                                      | 18,12                 |
| Всего                         |                     |                                                                  |         | 48,5              | 44,4    | 218,1            | 1480                                     | 371,72                |

  
 Модестова О.Б.

  
 Руденко О.В.,