

**МЕНЮ**  
**5 февраля 2024 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                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 130   | 4,2               | 5,9     | 13               | 124                                      | 0,2                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                      | 20    | 1,6               | 0,2     | 9,8              | 48                                       | 0                     |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                           | 5     | 0,1               | 4,2     | 0,1              | 38                                       | 0                     |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                           | 180   | 2,7               | 2,7     | 10,9             | 79                                       | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                            | 335   | 8,6               | 13      | 33,8             | 289                                      | 0,4                   |
| II Завтрак                    |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                              | 200   | 1                 |         | 14,6             | 62                                       | 344                   |
| Итого                         |                     |                                            | 200   | 1                 |         | 14,6             | 62                                       | 344                   |
| Обед                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 28                  | МОРКОВЬ С САХАРОМ                          | 40    | 0,5               | 0,8     | 4,5              | 28                                       | 1,8                   |
| 2008                          | 89                  | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ           | 180   | 2                 | 1,2     | 12,6             | 70                                       | 5,1                   |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                              | 160   | 12,5              | 14,1    | 27               | 287                                      | 1,7                   |
| 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   |                   |         | 13,3             | 53                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                            | 590   | 19,7              | 16,7    | 84,9             | 577                                      | 8,6                   |
| Полдник                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 5                   | БИФИДОК                                    | 119   | 4                 | 3       | 6,5              | 72                                       | 0,8                   |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                           | 50    | 4,7               | 7,3     | 30,2             | 204                                      | 0,2                   |
| Итого                         |                     |                                            | 169   | 8,7               | 10,3    | 36,7             | 276                                      | 1                     |
| Ужин                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 237                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ      | 100   | 5,8               | 2,1     | 2,2              | 51                                       | 0,5                   |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ             | 110   |                   | 2,6     |                  | 24                                       | 0                     |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20    | 2,1               | 0,2     | 13,8             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                    | 150   | 0,1               |         | 8,1              | 33                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                            | 380   | 8                 | 4,9     | 24,1             | 175                                      | 1                     |
| Всего                         |                     |                                            |       | 46                | 44,9    | 194,1            | 1379                                     | 355                   |

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,