

**МЕНЮ**

17 января 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                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130   | 4,2               | 5,6     | 15,7             | 131                                      | 0,5                   |
| 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   | 2,6               | 2,7     | 10,9             | 77                                       | 0,4                   |
| Итого                         |                     |                                                    | 335   | 8,5               | 12,7    | 36,5             | 294                                      | 0,9                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ                                    | 200   | 1                 |         | 25,4             | 110                                      | 8                     |
| Итого                         |                     |                                                    | 200   | 1                 |         | 25,4             | 110                                      | 8                     |
| Обед                          |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2007                          | 20                  | САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОЙ<br>КУКУРУЗЫ              | 40    | 0,7               | 2,2     | 2,3              | 32                                       | 0,9                   |
| 2008                          | 103                 | СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ НА М/К<br>БУЛЬОНЕ               | 180   | 1,9               | 1,6     | 9,3              | 58                                       | 7,7                   |
| 2012                          | 292                 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ<br>ЗАПЕЧЕННЫЕ                   | 60    | 8,1               | 8,4     | 6,5              | 135                                      | 0                     |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                  | 110   | 2,8               | 3,7     | 16,3             | 110                                      | 7,6                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 20    | 1,9               | 0,2     | 12,8             | 62                                       | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                        | 40    | 2,3               | 0,3     | 12               | 63                                       | 0                     |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                    | 160   | 0,4               | 0,1     | 15,3             | 64                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                    | 610   | 18,1              | 16,5    | 74,5             | 524                                      | 16,2                  |
| Полдник                       |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                              | 160   | 4,8               | 0,2     | 6,4              | 50                                       | 1,59                  |
| 2008                          |                     | ПРЯНИКИ                                            | 30    | 1,8               | 1,4     | 22,5             | 110                                      | 0                     |
| 2008                          | 2                   | ЯБЛОКО                                             | 100   | 0,3               | 0,3     | 6,2              | 28                                       | 6,3                   |
| Итого                         |                     |                                                    | 290   | 6,9               | 1,9     | 35,1             | 188                                      | 7,89                  |
| Ужин                          |                     |                                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-<br>РИСОВАЯ                     | 130   | 8,4               | 9,9     | 14,7             | 184                                      | 0,3                   |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                                 | 50    | 1,1               | 2,5     | 5,3              | 48                                       | 0,2                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                     | 20    | 1,9               | 0,2     | 12,8             | 62                                       | 0                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200   | 0,1               |         | 5,7              | 23                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                    | 400   | 11,5              | 12,6    | 38,5             | 317                                      | 0,5                   |
| Всего                         |                     |                                                    |       | 46                | 43,7    | 210              | 1433                                     | 33,49                 |


 Кочемалкина Е.П.


 Руденко О.В.,

179-00