

# МЕНЮ

20 июня 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                          | 112                 | СУП МОЛОЧНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200   | 2,71              | 4,18    | 7,73             | 78,21                                    | 0,50                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                   | 20    | 1,60              | 0,20    | 9,82             | 47,60                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                        | 5     | 0,05              | 4,13    | 0,05             | 37,35                                    | 0,00                  |
|                               | 12                  | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ              | 165   | 2,82              | 2,95    | 11,35            | 82,09                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                         | 390   | 7,18              | 11,46   | 28,95            | 245,25                                   | 1,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                           | 200   | 1,00              | 0,00    | 14,60            | 62,00                                    | 343,99                |
| Итого                         |                     |                                         | 200   | 1,00              | 0,00    | 14,60            | 62,00                                    | 343,99                |
| Обед                          |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 16                  | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                         | 31    | 0,58              | 0,04    | 1,22             | 7,51                                     | 1,88                  |
| 2008                          | 116                 | СУП-ХАРЧО НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ             | 180   | 1,47              | 1,24    | 12,09            | 65,84                                    | 3,51                  |
| 2008                          | 258                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                     | 200   | 9,48              | 14,45   | 24,00            | 264,47                                   | 12,05                 |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 30    | 3,09              | 0,33    | 20,70            | 100,20                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 20    | 1,32              | 0,18    | 6,84             | 36,20                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ<br>ШИПОВНИКА          | 150   | 0,36              | 0,15    | 14,14            | 66,17                                    | 43,63                 |
| Итого                         |                     |                                         | 611   | 16,30             | 16,39   | 78,99            | 540,39                                   | 61,07                 |
| Полдник                       |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 5                   | БИФИДОК                                 | 122   | 4,02              | 2,95    | 6,50             | 72,08                                    | 0,83                  |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                          | 10    | 2,32              | 2,95    | 0,00             | 36,00                                    | 0,07                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                   | 20    | 1,60              | 0,20    | 9,82             | 47,60                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                         | 152   | 7,94              | 6,10    | 16,32            | 155,68                                   | 0,90                  |
| Ужин                          |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 51                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                        | 60    | 0,89              | 3,77    | 4,32             | 54,77                                    | 2,54                  |
|                               | 27                  | РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ                        | 120   | 9,49              | 9,59    | 8,44             | 157,11                                   | 0,47                  |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 20    | 1,32              | 0,18    | 6,84             | 36,20                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 170   | 0,10              | 0,00    | 3,56             | 14,62                                    | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                         | 370   | 11,80             | 13,54   | 23,16            | 262,70                                   | 3,03                  |
| Всего                         |                     |                                         |       | 44,22             | 47,49   | 162,02           | 1 266,02                                 | 409,99                |

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,