

**МЕНЮ**

22 января 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,3	6	13,1	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	2,8	2,7	11	80	0,2
Итого			335	8,8	13,1	34	290	0,4
II Завтрак								
2008	2	ЯБЛОКО	47	0,2	0,2	4,1	19	4,2
Итого			47	0,2	0,2	4,1	19	4,2
Обед								
2008	28	МОРКОВЬ С САХАРОМ	40	0,5	0,8	4,6	28	1,9
2008 2008	89	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,9	1,2	13,1	72	5,4
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	12,5	14,4	26,3	287	1,8
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			12,7	51	0
Итого			590	19,6	17	84,2	577	9,1
Полдник								
2008	5	БИФИДОК	117	3,9	2,9	6,3	70	0,8
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,6	6,9	29,9	198	0,1
Итого			167	8,5	9,8	36,2	268	0,9
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	8,4	2,3	2	62	0,5
2008 2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110		2,5		23	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	0,4
Итого			380	10,6	5	23,9	185	0,9
Всего				47,7	45,1	182,4	1339	15,5

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.