



# МЕНЮ

24 сентября 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                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                   | 92    | 5,25              | 10,34   | 4,02             | 129,26                                   | 0,44                  |
| 2008                          | 8                   | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ                 | 44    | 0,80              | 3,76    | 3,25             | 50,29                                    | 2,96                  |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                               | 20    | 1,60              | 0,20    | 9,82             | 47,60                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                    | 5     | 0,05              | 4,15    | 0,05             | 37,50                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                     | 150   | 3,24              | 3,42    | 8,34             | 76,09                                    | 0,54                  |
| Итого                         |                     |                                                     | 311   | 10,94             | 21,87   | 25,48            | 340,74                                   | 3,94                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                       | 200   | 1,00              | 0,00    | 14,60            | 62,00                                    | 344,00                |
| Итого                         |                     |                                                     | 200   | 1,00              | 0,00    | 14,60            | 62,00                                    | 344,00                |
| Обед                          |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 20                  | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С<br>ЛУКОМ                | 32    | 0,62              | 2,04    | 1,61             | 27,38                                    | 2,34                  |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ | 180   | 4,60              | 1,58    | 13,86            | 88,14                                    | 2,86                  |
| 2008                          | 299                 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>МЯСОМ                   | 161   | 7,89              | 11,05   | 24,19            | 228,01                                   | 12,23                 |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 20    | 2,06              | 0,22    | 13,80            | 66,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 40    | 2,64              | 0,35    | 13,68            | 72,40                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                    | 150   | 0,09              | 0,01    | 9,47             | 39,81                                    | 1,52                  |
| Итого                         |                     |                                                     | 583   | 17,90             | 15,25   | 76,61            | 522,54                                   | 18,95                 |
| Полдник                       |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | 9                   | ВАРЕНЕЦ                                             | 120   | 4,32              | 3,73    | 6,11             | 78,87                                    | 1,20                  |
| 2008                          | 10                  | ПЕЧЕНЬЕ                                             | 34    | 2,53              | 3,31    | 25,11            | 140,74                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                     | 154   | 6,85              | 7,04    | 31,22            | 219,61                                   | 1,20                  |
| Ужин                          |                     |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 258                 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С<br>ТВОРОГОМ                   | 88    | 8,10              | 7,31    | 11,64            | 158,59                                   | 0,84                  |
| 2008                          | 366                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ №366                                  | 40    | 0,83              | 2,62    | 4,69             | 45,42                                    | 0,10                  |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 20    | 2,06              | 0,22    | 13,80            | 66,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                       | 150   | 2,17              | 2,30    | 6,45             | 54,24                                    | 0,40                  |
| Итого                         |                     |                                                     | 298   | 13,16             | 12,45   | 36,58            | 325,05                                   | 1,34                  |
| Всего                         |                     |                                                     |       | 49,85             | 56,61   | 184,49           | 1 469,94                                 | 369,43                |

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,

Цена 179 руб.