

## МЕНЮ

26 апреля 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 145     | 4,4               | 5,8     | 16               | 133                                      | 0,5                   |
| 2008                          | 1                   | БАТОН                                                | 20      | 1,6               | 0,2     | 9,8              | 48                                       | 0                     |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                         | 20      | 2,6               | 2,3     | 0,2              | 32                                       | 0                     |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                     | 5       | 0,1               | 4,1     | 0,1              | 37                                       | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 160     | 3                 | 3,2     | 9,6              | 78                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 350     | 11,7              | 15,6    | 35,7             | 328                                      | 1                     |
| II Завтрак                    |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ                                      | 200     | 1                 |         | 14,6             | 62                                       | 344                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 200     | 1                 |         | 14,6             | 62                                       | 344                   |
| Обед                          |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 23                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И<br>ОГУРЦОВ               | 40      | 0,2               | 2       | 0,8              | 22                                       | 4,3                   |
| 2008                          | 75                  | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ<br>БУЛЬОНЕ                | 180/0/5 | 1,2               | 1,9     | 5,5              | 43                                       | 5,6                   |
| 1996                          | 375                 | БЕФСТРОГАНОВ                                         | 60      | 11,7              | 10,6    | 1,8              | 149                                      | 0                     |
| 2008                          | 181                 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                            | 110     | 3,3               | 3,1     | 23,5             | 135                                      | 0                     |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 20      | 2                 | 0,2     | 13,2             | 64                                       | 0                     |
| 2008                          | 4                   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                          | 40      | 2,6               | 0,3     | 13,6             | 72                                       | 0                     |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                       | 160     |                   |         | 7,3              | 29                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                      | 615     | 21                | 18,1    | 65,7             | 514                                      | 9,9                   |
| Полдник                       |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | 9                   | ВАРЕНЕЦ                                              | 140     | 4                 | 3,5     | 5,7              | 74                                       | 1,12                  |
|                               | 21                  | ПЛЮШКА                                               | 55      | 4,1               | 6,5     | 29,8             | 195                                      | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 195     | 8,1               | 10      | 35,5             | 269                                      | 1,22                  |
| Ужин                          |                     |                                                      |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| к/к                           | 23                  | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ                             | 40      | 1,2               | 0,1     | 2,5              | 15                                       | 1,6                   |
| к/к                           | 24                  | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                      | 160     | 7,7               | 7,7     | 9,3              | 143                                      | 3,7                   |
| 2008                          | 3                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 20      | 2                 | 0,2     | 13,2             | 64                                       | 0                     |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                              | 150     | 0,1               |         | 8                | 33                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                      | 370     | 11                | 8       | 33               | 255                                      | 5,8                   |
| Всего                         |                     |                                                      |         | 52,8              | 51,7    | 184,5            | 1428                                     | 361,92                |

Модестова О.Б.

Руденко О.В.,