

# МЕНЮ

## 20 февраля 2025 г.

### Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" <small>(крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)</small>	160	5,5	7,8	22,1	180	0,7
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое, батон простой)</small>	20/10	1,7	8,5	9,9	122	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)</small>	160	1,9	1,9	10,5	67	0,3
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,1</b>	<b>18,2</b>	<b>42,5</b>	<b>369</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ <small>(сок яблочный)</small>	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ / С ЗЕЛ. ГОРОШКОМ И СОЛЕН. ОГУРЦОМ <small>(картофель, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый, консервы, масло подсолнечное рафинированное)</small>	30	1,1	3,1	2,4	41	2,41
2008	100	СУП С КУРИЦЕЙ И ВЕРМИШЕЛЬЮ <small>(картофель, макаронные изделия высш. сорт, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, кури потрош. 1 категории)</small>	150	5,8	6,5	13,2	135	3,2
2012	344	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ <small>(вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории, томатная паста)</small>	160	8,4	12,9	19,4	229	26,1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (СМЕСЬ) <small>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)</small>	150			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	40	2,6	0,4	17	82	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)</small>	20	1,5	0,1	10	47	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>19,4</b>	<b>23</b>	<b>71,7</b>	<b>573</b>	<b>31,71</b>
<b>Полдник</b>								
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ <small>(кефир 2,5 % жирности)</small>	150	4,3	3,7	5,8	77	0,4
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ <small>(сушки простые)</small>	15	1,6	0,2	10,3	50	0
2008		ФРУКТ <small>(яблоки)</small>	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
<b>Итого</b>			<b>265</b>	<b>6,3</b>	<b>4,3</b>	<b>24,7</b>	<b>168</b>	<b>9,2</b>
<b>Ужин</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА <small>(творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>	160	29,2	20,1	13,7	357	0,5
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ <small>(молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)</small>	40	0,9	2,5	2,9	39	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)</small>	180	0,2		5,8	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)</small>	20	1,5	0,1	10	47	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>31,8</b>	<b>22,7</b>	<b>32,4</b>	<b>467</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>67,1</b>	<b>68,3</b>	<b>181,4</b>	<b>1620</b>	<b>44,51</b>

*Стол № 139. п. 80*

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Алпеева З.В.

Диетсестра \_\_\_\_\_ Колобова С.Г.