11.09.2025

4

МЕНЮ

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** | **Угле­воды, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 3,08 | 3,90 | 6,65 | 58,90 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 5,00 | 7,30 | 18,30 | 158,00 | 0,40 |
|  | ТК№029 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,80 | 3,20 | 15,60 | 107,00 | 0,60 |
| **Итого** | | | **365** | **11,88** | **14,40** | **40,55** | **323,90** | **1,00** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,75 | 0,15 | 16,50 | 66,00 | 0,00 |
| **Итого** | | | **150** | **0,75** | **0,15** | **16,50** | **66,00** | **0,00** |
| **Обед** | | | | | | | | |
| 2008 | 43 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 40 | 0,61 | 6,16 | 4,85 | 77,58 | 1,21 |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,61 | 6,37 | 10,40 | 119,89 | 6,37 |
| 2012 | 269 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 60 | 7,52 | 3,96 | 14,95 | 112,86 | 0,20 |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120 | 1,65 | 1,39 | 7,07 | 51,95 | 5,92 |
|  | ТК№030 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 | 0,80 |
|  | ТК№016 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫИ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,63 | 0,20 | 10,63 | 51,63 | 0,00 |
|  | ТК№004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 14 | 1,06 | 0,48 | 7,39 | 37,73 | 0,00 |
| **Итого** | | | **579** | **17,08** | **18,56** | **62,29** | **479,64** | **14,50** |
| **Полдник** | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 100 | 17,88 | 9,19 | 16,26 | 223,21 | 0,20 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 149 | 4,36 | 2,97 | 7,23 | 73,46 | 0,79 |
|  | ТК№052 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 92 | 0,74 | 0,18 | 6,90 | 34,96 | 13,98 |
|  | ТК№008 | ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ | 19 | 2,63 | 3,38 | 14,01 | 88,74 | 0,00 |
| **Итого** | | | **360** | **25,61** | **15,72** | **44,40** | **420,37** | **14,97** |
| **Всего** | | | | **55,32** | **48,83** | **163,74** | **1 289,91** | **30,47** |