

# МЕНЮ

12 апреля 2024 г.  
Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	<b>КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ</b> (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
	ТК№0 35	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
<b>Итого</b>			<b>371</b>	<b>7,04</b>	<b>10,20</b>	<b>36,30</b>	<b>249,70</b>	<b>1,36</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК ПЕРСИКОВЫЙ</b> (соки фруктовые прямого отжима персик)	150	0,80	0,20	14,80	65,00	3,60
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>14,80</b>	<b>65,00</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ</b> (свекла, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,59	2,28	3,17	36,14	0,10
2012	73	<b>РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ</b> (картофель продовольственный поздний, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к, сметана 15% жирности)	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40	4,00
2012	310	<b>СУФЛЕ КУРИНОЕ</b> (грудки кур замороженные, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	60	10,34	5,17	1,86	94,94	0,40
2012	205	<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ</b> (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	3,20	2,70	15,50	97,40	0,00
	ТК№0 36	<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ</b> (груша, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№0 16	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№0 04	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>575</b>	<b>21,33</b>	<b>16,55</b>	<b>66,83</b>	<b>490,38</b>	<b>5,10</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№0 11	<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> (огурцы грунтовые)	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	<b>ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ</b> (говядина б/к, картофель продовольственный поздний, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	14,00	13,20	13,50	144,00	6,90
	ТК№0 31	<b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ</b> (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
	ТК№0 03	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>15,60</b>	<b>13,32</b>	<b>41,70</b>	<b>265,60</b>	<b>8,50</b>
<b>Всего</b>				<b>44,77</b>	<b>40,27</b>	<b>159,63</b>	<b>1 070,68</b>	<b>18,56</b>

Повар

ДЯКИНА Г.Н.