



# МЕНЮ

4 апреля 2024 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>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами)	30	3,21	4,06	6,93	61,38	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
	ТК№0 29	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>12,01</b>	<b>14,56</b>	<b>40,83</b>	<b>326,38</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые прямого отжима яблоко)	150	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>14,80</b>	<b>65,00</b>	<b>1,20</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель продовольственный поздний, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,60	6,10	4,80	76,80	1,20
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная свежая, картофель продовольственный поздний, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150/10/5	4,20	6,20	7,70	105,70	5,10
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	60	7,60	4,00	15,10	114,00	0,20
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, репа, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная свежая, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	120	2,00	1,60	7,80	53,50	4,20
	ТК№0 30	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№0 16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микроэлементами)	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>17,13</b>	<b>18,60</b>	<b>60,73</b>	<b>468,93</b>	<b>11,50</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	100	17,70	9,10	16,10	221,00	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
	ТК№0 08	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье витаминизированное)	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
	ТК№0 52	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	99	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
<b>Итого</b>			<b>369</b>	<b>25,70</b>	<b>15,90</b>	<b>45,80</b>	<b>427,60</b>	<b>16,20</b>
<b>Всего</b>				<b>55,64</b>	<b>49,26</b>	<b>162,16</b>	<b>1 287,91</b>	<b>29,90</b>

Повар

ДЯКИНА Г.Н.