



# МЕНЮ

17 июля 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	3	<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> (сыр полутвердый в ассортименте, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	30	3,59	7,31	10,60	73,14	0,00
2008	189	<b>КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ</b> (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
	ТК№0 26	<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>10,99</b>	<b>14,71</b>	<b>42,90</b>	<b>292,24</b>	<b>2,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК АБРИКОСОВЫЙ</b> (сок прямого отжима абрикос)	146	0,80	0,20	14,80	65,00	2,40
<b>Итого</b>			<b>146</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>14,80</b>	<b>65,00</b>	<b>2,40</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№0 11	<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> (огурцы грунтовые)	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ</b> (картофель ранний, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, грудки кур замороженные, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150/10/5	4,50	3,30	11,90	96,10	6,40
2012	34	<b>ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ</b> (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель ранний, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	50	11,09	4,85	4,46	106,92	8,12
2012	344	<b>РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)</b> (картофель ранний, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,38	6,83	13,27	123,75	3,76
	ТК№0 34	<b>КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ</b> (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	15,00	57,00	0,00
	ТК№0 16	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№0 12	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>21,47</b>	<b>15,78</b>	<b>66,53</b>	<b>492,77</b>	<b>19,88</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b> (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	80	14,20	7,30	12,90	177,00	0,16
2008	434	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b> (молоко пастер. 2,5% жирности)	149	4,36	2,97	7,23	73,46	0,79
	ТК№0 52	<b>МАНДАРИН СВЕЖИЙ</b> (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	<b>БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ</b> (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	3,60	5,90	24,00	150,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>379</b>	<b>22,96</b>	<b>16,37</b>	<b>51,63</b>	<b>438,76</b>	<b>16,15</b>
<b>Всего</b>				<b>56,22</b>	<b>47,06</b>	<b>175,86</b>	<b>1 288,77</b>	<b>40,53</b>

Повар \_\_\_\_\_ Дякина Г.Н.