

**МЕНЮ**

1-й день

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	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,22	10,21	19,42	190,93	0,49
2024	49	МАНДАРИН	175	1,40	0,35	13,12	66,46	66,46
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,11	2,56	12,25	85,46	0,00
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15	2,09	2,00	5,14	47,26	0,04
Итого			470	11,85	15,18	49,93	390,57	67,57
II Завтрак								
2024	ТКН№20	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ ФРУКТОВЫЙ	180	5,04	4,50	8,12	101,72	0,00
Итого			180	5,04	4,50	8,12	101,72	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,46	1,84	3,51	33,21	7,89
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	160/20/10	8,58	8,28	0,54	111,00	0,88
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,74	3,93	5,76	89,39	0,20
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	0,76	4,77	2,32	55,59	0,54
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	1,13	0,09	19,10	83,20	0,38
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,26	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			578	19,93	19,13	41,83	423,38	9,89
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	24,55	18,04	24,89	373,89	0,26
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	40	0,06	0,06	5,73	24,12	0,64
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	140	0,70	0,14	14,14	60,20	2,80
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
Итого			333	26,61	18,82	55,05	510,61	3,70
Всего				61,19	55,63	151,32	1 381,07	81,86

Повар

Жук Е.В.