

Согласовано



# МЕНЮ

22 января 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>								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	5		4		36	0
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	150	3,8	5,8	17	135	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,3	45	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>6,1</b>	<b>10,4</b>	<b>43,6</b>	<b>495</b>	<b>0,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ.....	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2017	17	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ.	150	5,2	2,4	10,5	86	5,3
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	1,2
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ.	120	4,7	9,3	17,1	171	8,37
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С".	150			14,6	58	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
<b>Итого</b>			<b>488</b>	<b>10,8</b>	<b>11,8</b>	<b>44,1</b>	<b>327</b>	<b>14,87</b>
<b>Полдник</b>								
2010	113	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый СДОБный ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ ,ЛУКОМ.	70	4,8	6,7	25	181	7,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		11,7	47	0
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>4,9</b>	<b>6,7</b>	<b>36,7</b>	<b>228</b>	<b>7,3</b>
<b>Ужин</b>								
2010	14	СУП МОЛОЧный С МАКАРОНными ИЗДЕЛИЯМИ.	150	4,7	5,1	15,1	126	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		11,7	47	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНЧный	30					0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>4,8</b>	<b>5,1</b>	<b>26,8</b>	<b>173</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>27,6</b>	<b>34,2</b>	<b>171,4</b>	<b>1309</b>	<b>27,17</b>

Ст.Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Масляева В.А.



Согласовано

**МЕНЮ**

22 января 2024 г.

Сад 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>								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	7		5,6	0,1	51	0
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	5,1	7,8	22,7	182	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		15,7	63	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371	0
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>8,2</b>	<b>14,2</b>	<b>58,8</b>	<b>667</b>	<b>0,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ.....	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2017	17	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ.	200	6,8	3,4	14,1	115	7,1
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	50	1,6	0,1	3,2	19	2
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ.	200	12,9	16,5	32,9	331	16,3
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С".	200			19,4	77	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48					0
<b>Итого</b>			<b>698</b>	<b>21,3</b>	<b>20</b>	<b>69,6</b>	<b>542</b>	<b>25,4</b>
<b>Полдник</b>								
2010	113	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый СДОБный ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ ,ЛУКОМ.	70	4,8	6,7	25	181	7,3
2008.	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,5	62	0
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>4,8</b>	<b>6,7</b>	<b>40,5</b>	<b>243</b>	<b>7,3</b>
<b>Ужин</b>								
2010	14	СУП МОЛОЧный С МАКАРОНными ИЗДЕЛИЯМИ.	200	6,2	6,7	20,2	168	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		15,7	63	0
2008	3	ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНЧный	40					0
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>6,3</b>	<b>6,7</b>	<b>35,9</b>	<b>231</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>41,6</b>	<b>47,8</b>	<b>225</b>	<b>1769</b>	<b>38,1</b>

Ст. Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Масляева В.А.