

**МЕНЮ**

10 апреля 2025 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>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	6,34	5,74	21,28	163,05	0,73
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,08	3,49	12,11	97,03	0,73
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,53	0,03	32,04	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>12,69</b>	<b>13,63</b>	<b>48,84</b>	<b>370,72</b>	<b>1,46</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,31</b>	<b>44,65</b>	<b>9,50</b>
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	150	2,54	1,53	17,96	96,15	5,46
2012	254	РЫБА ПОД ОВОЩАМИ	60	0,85	3,46	3,91	51,22	2,67
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,28	5,84	20,55	148,29	9,77
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,19	0,04	11,00	45,46	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,62	0,44	16,28	79,43	0,00
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>9,48</b>	<b>11,31</b>	<b>69,70</b>	<b>420,55</b>	<b>17,90</b>
<b>Полдник</b>								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,07	0,03	6,46	26,63	11,14
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,07</b>	<b>0,03</b>	<b>6,46</b>	<b>26,63</b>	<b>11,14</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	9,72	19,65	5,89	240,14	0,62
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,15	0,00	4,51	19,38	0,71
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГ.	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>12,12</b>	<b>20,52</b>	<b>25,82</b>	<b>338,12</b>	<b>1,33</b>
<b>Всего</b>				<b>34,74</b>	<b>45,87</b>	<b>160,13</b>	<b>1 200,67</b>	<b>41,33</b>