

**МЕНЮ**

18 июля 2025 г.

**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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	6,06	5,95	20,00	158,63	0,68
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	4,07	16,68	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,36	3,01	0,00	37,09	0,07
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>10,79</b>	<b>13,13</b>	<b>39,52</b>	<b>320,92</b>	<b>0,77</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК "МАЛЫШАМ"	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
		СУХАРИ ВАНИЛЬНЫЕ	20	1,84	0,58	16,10	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>2,34</b>	<b>0,68</b>	<b>26,20</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	84	СУП РЫБНЫЙ С КРУПОЙ	150	6,33	7,03	16,92	160,70	5,68
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	135	9,33	25,13	17,44	333,47	8,64
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,15	2,02	4,87	42,08	2,45
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	1,68	2,43	6,84	56,14	0,16
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	3,87	15,48	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,44	16,40	80,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>545</b>	<b>21,13</b>	<b>37,05</b>	<b>66,34</b>	<b>687,87</b>	<b>16,93</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ЙОГУРТ	100	2,86	2,55	4,60	57,64	0,71
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>2,86</b>	<b>2,55</b>	<b>4,60</b>	<b>57,64</b>	<b>0,71</b>
<b>Ужин</b>								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	15,78	9,56	23,77	248,86	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	1,68	1,64	9,73	60,50	0,16
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	4,07	16,68	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГ.	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>19,81</b>	<b>12,07</b>	<b>52,99</b>	<b>404,64</b>	<b>0,34</b>
<b>Всего</b>				<b>56,93</b>	<b>65,48</b>	<b>189,65</b>	<b>1 514,07</b>	<b>20,75</b>