

**МЕНЮ**

4 сентября 2025 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>								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	6,27	8,73	19,29	181,66	0,71
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,94	3,38	10,25	88,13	0,71
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,95	0,05	44,88	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,18	0,84	14,91	75,98	0,00
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>12,42</b>	<b>17,90</b>	<b>44,50</b>	<b>390,65</b>	<b>1,42</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,32	44,69	9,51
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,32</b>	<b>44,69</b>	<b>9,51</b>
<b>Обед</b>								
2008	110	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)	150	5,93	11,62	16,97	196,48	6,00
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	10,28	5,03	3,52	100,64	0,62
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,75	4,40	28,75	165,48	0,00
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	1,47	2,88	10,19	73,04	2,10
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,14	0,06	5,83	25,00	23,40
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.С МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,78	0,37	17,80	85,66	0,00
<b>Итого</b>			<b>555</b>	<b>23,35</b>	<b>24,36</b>	<b>83,06</b>	<b>646,30</b>	<b>32,12</b>
<b>Полдник</b>								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,08	0,04	4,96	20,77	13,00
		СУХАРИ ВАНИЛЬНЫЕ	20	1,84	0,58	16,10	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>1,92</b>	<b>0,62</b>	<b>21,06</b>	<b>20,77</b>	<b>13,00</b>
<b>Ужин</b>								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	16,94	12,40	21,39	274,68	0,18
2008		ПОВИДЛО	25	0,11	0,00	17,93	72,14	0,06
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	4,07	16,68	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,18	0,84	14,91	75,98	0,00
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>19,33</b>	<b>13,24</b>	<b>58,30</b>	<b>439,48</b>	<b>0,26</b>
<b>Всего</b>				<b>57,40</b>	<b>56,50</b>	<b>216,24</b>	<b>1 541,89</b>	<b>56,31</b>