

# МЕНЮ

6 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	150	3,6	4,1	10,6	93	0,5
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,6	0,6	11,1	56	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,8		35	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,5	2,9	11,4	87	0,6
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>8,7</b>	<b>11,4</b>	<b>33,1</b>	<b>271</b>	<b>1,1</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,4	2,4	9,9	67	4
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	120	12,4	13,5	43,5	211	19,36
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	1,5	3,1	28	1,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9,3	44	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,4	0,3	15,3	74	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150			7,5	30	0
<b>Итого</b>			<b>514</b>	<b>18,2</b>	<b>17,8</b>	<b>88,6</b>	<b>454</b>	<b>24,86</b>
<b>Полдник</b>								
		СНЕЖОК	130	3,7	3,3	14		0
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	48	4	5,6	25,4	165	0
<b>Итого</b>			<b>178</b>	<b>7,7</b>	<b>8,9</b>	<b>39,4</b>	<b>165</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	140	7,8	9,7	21,5	206	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,1	0,1	6,9	33	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		6,9	28	0
<b>Итого</b>			<b>334</b>	<b>9</b>	<b>9,8</b>	<b>35,3</b>	<b>267</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>43,6</b>	<b>47,9</b>	<b>196,4</b>	<b>1157</b>	<b>25,96</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

# МЕНЮ

6 декабря 2023 г.

Сад 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>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	180	4,4	4,6	12,3	109	0,6
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	13,3	68	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,6		33	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,4	2,1	20,4	110	0,82
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>8,7</b>	<b>11</b>	<b>46</b>	<b>320</b>	<b>1,42</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,7	2,7	11,4	77	4,9
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	14,7	16,4	48,6	254	22,3
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,8	2,6	4,9	45	2,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,8	0,1	11,6	55	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3	0,4	19,3	93	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			8,3	34	0
<b>Итого</b>			<b>638</b>	<b>22</b>	<b>22,2</b>	<b>104,1</b>	<b>558</b>	<b>29,4</b>
<b>Полдник</b>								
		СНЕЖОК	160	4,5	4	16,8		0
		БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	48	4	5,6	25,4	165	0
<b>Итого</b>			<b>208</b>	<b>8,5</b>	<b>9,6</b>	<b>42,2</b>	<b>165</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	190	7,7	9,3	21,6	203	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,8	0,1	11,6	55	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		7,8	32	0
<b>Итого</b>			<b>413</b>	<b>9,6</b>	<b>9,4</b>	<b>41</b>	<b>290</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>48,8</b>	<b>52,2</b>	<b>233,3</b>	<b>1333</b>	<b>30,82</b>

Повар \_\_\_\_\_ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.