

**МЕНЮ**

10 января 2025 г.

**Ясли 12 часов(vs)**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход      | Химический состав |              |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---|------------|-------------------|--------------|------------------|--|-----------------------|
|                               |                     |   |            | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-<br>воды, г |  |                       |
| <b>Завтрак</b>                |                     |   |            |                   |              |                  |  |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                               | 30         | 4,06              | 9,01         | 9,90             | 221,76                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ       | 150        | 8,69              | 3,00         | 20,27            | 230,00                                   | 0,39                  |
|                               | ТК№029              | КАКАО С МОЛОКОМ                                 | 170        | 3,57              | 1,00         | 14,66            | 270,00                                   | 0,56                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |   | <b>350</b> | <b>16,32</b>      | <b>13,01</b> | <b>44,83</b>     | <b>721,76</b>                            | <b>0,95</b>           |
| <b>II Завтрак</b>             |                     |   |            |                   |              |                  |  |                       |
| 2008                          | 435                 | РЯЖЕНКА   | 150        | 2,70              | 1,50         | 6,30             | 60,00                                    | 0,20                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |   | <b>150</b> | <b>2,70</b>       | <b>1,50</b>  | <b>6,30</b>      | <b>60,00</b>                             | <b>0,20</b>           |
| <b>Обед</b>                   |                     |   |            |                   |              |                  |  |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                 | 30         | 0,45              | 1,75         | 2,42             | 27,65                                    | 16,16                 |
| 2012                          | 73                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С<br>ПТИЦЕЙ С СМЕТАНОЙ | 150/10/10  | 4,30              | 5,60         | 9,80             | 80,00                                    | 4,00                  |
| 2008                          | 258                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                             | 125        | 2,58              | 4,32         | 13,52            | 48,27                                    | 8,24                  |
|                               |                     | СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА<br>ЯБЛОЧНЫЙ                | 150        | 0,75              | 0,00         | 19,05            | 82,50                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№016              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ             | 20         | 1,36              | 0,16         | 11,00            | 41,36                                    | 0,00                  |
| <b>Итого</b>                  |                     |   | <b>495</b> | <b>9,44</b>       | <b>11,83</b> | <b>55,79</b>     | <b>279,78</b>                            | <b>28,40</b>          |
| <b>Полдник уплотнённый</b>    |                     |   |            |                   |              |                  |  |                       |
|                               | ТК№001              | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                  | 30         | 0,30              | 0,08         | 1,13             | 7,20                                     | 3,00                  |
| 2012                          | 208                 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С<br>ЯЙЦОМ                 | 110        | 3,82              | 6,10         | 21,04            | 89,10                                    | 0,09                  |
| 2008                          | 437                 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЁРТОЙ<br>С САХАРОМ        | 150        | 0,00              | 0,00         | 6,45             | 25,80                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№003              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ             | 15         | 1,00              | 0,12         | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| 2014                          | 249                 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                             | 55         | 1,85              | 8,83         | 37,06            | 27,25                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№052              | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                 | 80         | 0,64              | 0,16         | 6,01             | 30,47                                    | 12,19                 |
| <b>Итого</b>                  |                     |   | <b>440</b> | <b>7,61</b>       | <b>15,29</b> | <b>78,09</b>     | <b>210,82</b>                            | <b>15,28</b>          |
| <b>Всего</b>                  |                     |   |            | <b>36,07</b>      | <b>41,63</b> | <b>185,01</b>    | <b>1 272,36</b>                          | <b>44,83</b>          |

Медсестра

Лукашевич Я.К.