

**МЕНЮ**

23 января 2025 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>								
2008	112	МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ	160	5,32	5,46	23,47	165,02	0,68
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	165	0,05	0,00	12,22	48,98	0,01
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/5/5	3,49	5,77	14,77	125,36	0,03
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>8,86</b>	<b>11,23</b>	<b>50,46</b>	<b>339,36</b>	<b>0,72</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	125	0,50	0,50	12,29	58,96	12,54
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,50</b>	<b>0,50</b>	<b>12,29</b>	<b>58,96</b>	<b>12,54</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП ОВОЩНОЙ С КУРОЙ	160	5,55	7,76	9,28	129,22	4,98
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	8,68	18,79	5,66	226,63	0,42
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	100	3,66	4,96	16,49	125,02	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	160	0,12	0,08	14,13	58,89	1,51
к/к	к/к	ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>20,66</b>	<b>31,94</b>	<b>62,52</b>	<b>621,34</b>	<b>6,91</b>
<b>Полдник</b>								
2008	444	БЛИНЫ С ВАРЕНЬЕМ	130/18	6,39	14,09	48,85	345,33	0,79
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	165	0,05	0,00	12,22	48,98	0,01
<b>Итого</b>			<b>313</b>	<b>6,44</b>	<b>14,09</b>	<b>61,07</b>	<b>394,31</b>	<b>0,80</b>
<b>Всего</b>				<b>36,46</b>	<b>57,76</b>	<b>186,34</b>	<b>1 413,97</b>	<b>20,97</b>

\_\_\_\_\_ Мамонтова О.Ю.