

Утверждаю

Руководитель учреждения

№89 2-я Советская 27/2

/Васильева Е.В./

**МЕНЮ**

26 ноября 2024 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	3	<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	<b>КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ</b> (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
		<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>10,4</b>	<b>14,8</b>	<b>44,5</b>	<b>300</b>	<b>2,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК ПЕРСИКОВЫЙ</b> (детское питание (сок черничный))	150			15,9	64	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>			<b>15,9</b>	<b>64</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
		<b>ПОМИДОР СВЕЖИЙ</b> (томаты грунтовые)	42	0,4	0,1	1,5	10	4
2012	82	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ</b> (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, куриная грудка филе, петрушка (зелень))	150/10/1	3,2	4	5	92	4,6
2012	294	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ</b> (говяжья печень, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	170	16,4	18	18,7	229	15,69
	ТК№0 27	<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b> (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,5	0,2	18,3	77	59,76
		<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1	0,1	6,4	31	0
		<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,1	0,5	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>553</b>	<b>22,6</b>	<b>22,9</b>	<b>57,6</b>	<b>478</b>	<b>84,05</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	<b>РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ</b> (рыба минтай филе, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	50	7,6	3,6	1,5	70	0,6
2012	321	<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,4	3,7	15,7	107	7,54
		<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК</b> (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,1	0,1	18,1	75	1,2
		<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	<b>БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ</b> (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи хлебопекарные сушеные, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	50	5	1,6	28,5	148	0,1
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>16,1</b>	<b>9,1</b>	<b>70,2</b>	<b>431</b>	<b>9,44</b>
<b>Всего</b>				<b>49,1</b>	<b>46,8</b>	<b>188,2</b>	<b>1273</b>	<b>95,59</b>

Врач \_\_\_\_\_