

**МЕНЮ**

30 мая 2023 г.

**Ясли 12 часов**

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда   | Выход      | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
|                   |               |  |            | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |  |            |                   |             |              |                               |                |
| 2012              | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                                 | 30/5       | 3,8               | 7,7         | 10,3         | 100                           | 0              |
| 2008              | 189           | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                               | 180        | 4,5               | 8           | 22           | 202                           | 1,16           |
|                   | ТК№-040       | ЧАЙ С МОЛОКОМ  | 180        | 3,2               | 1,8         | 13,6         | 77                            | 0,2            |
|                   | ТК№-010       | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ  | 150        | 0,6               | 0,6         | 14,8         | 66                            | 12,5           |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>545</b> | <b>12,1</b>       | <b>18,1</b> | <b>60,7</b>  | <b>445</b>                    | <b>13,86</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |  |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | 442           | СОК ПЕРСИКОВЫЙ   | 150        | 0,3               |             | 16,5         | 70                            | 3,6            |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>150</b> | <b>0,3</b>        |             | <b>16,5</b>  | <b>70</b>                     | <b>3,6</b>     |
| <b>Обед</b>       |               |  |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008              | ТТК№-51       | *ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ  | 40         | 0,6               | 4           | 2,6          | 49                            | 0              |
| 2012              | 82            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1   | 6,6               | 6,3         | 12,2         | 131                           | 4,1            |
| 2008              | 256           | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ   | 50/50      | 12,9              | 7,5         | 0,4          | 137                           | 10,2           |
| 2008              | 181           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ   | 130        | 6,4               | 5,6         | 29,1         | 193                           | 0              |
|                   | ТК№-027       | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА  | 150        | 0,5               | 0,2         | 21,6         | 99                            | 66             |
|                   | ТК№-003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                     | 15         | 1                 | 0,1         | 6,4          | 31                            | 0              |
|                   | ТК№-004       | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ  | 15         | 1,1               | 0,5         | 7,7          | 39                            | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>611</b> | <b>29,1</b>       | <b>24,2</b> | <b>80</b>    | <b>679</b>                    | <b>80,3</b>    |
| <b>Полдник</b>    |               |  |            |                   |             |              |                               |                |
| 2012              | 246           | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ   | 50         | 7,8               | 3,6         | 1,5          | 69                            | 0,7            |
| 2012              | 321           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ  | 110        | 2,4               | 3,7         | 15,7         | 107                           | 4,01           |
|                   | ТК№-051       | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК   | 150        | 0,1               | 0,1         | 18,1         | 75                            | 2,6            |
|                   | ТК№-003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                     | 15         | 1                 | 0,1         | 6,4          | 31                            | 0              |
| 2008              | 477           | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ   | 50         | 2                 | 4,6         | 24,1         | 164                           | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>375</b> | <b>13,3</b>       | <b>12,1</b> | <b>65,8</b>  | <b>446</b>                    | <b>7,31</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |  |            | <b>54,8</b>       | <b>54,4</b> | <b>223</b>   | <b>1640</b>                   | <b>105,07</b>  |