



**МЕНЮ**  
11 июня 2021 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	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,6	2,5	18,5	128	0,6
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,2</b>	<b>11,2</b>	<b>42,1</b>	<b>274</b>	<b>2,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>15,5</b>	<b>71</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	1,2	37	0,1
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,4	1,8	9,4	67	5,2
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	155	6,5	9,3	10,3	231	12,26
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,8	1,2	15	0
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		5,8	85	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,6	0,2	10,6	52	0
<b>Итого</b>			<b>555</b>	<b>12,7</b>	<b>14,4</b>	<b>38,5</b>	<b>487</b>	<b>17,56</b>
<b>Полдник</b>								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,6	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,2	6,7	23,1	192	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,1		7,2	29	0,91
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,7	8,1	34	134	0
<b>Итого</b>			<b>398</b>	<b>7,6</b>	<b>15</b>	<b>72,6</b>	<b>398</b>	<b>6,01</b>
<b>Всего</b>				<b>30,1</b>	<b>41,1</b>	<b>168,7</b>	<b>1230</b>	<b>28,87</b>



**МЕНЮ**  
11 июня 2021 г.

**Сад 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	40	2,3	3,9	9,7	92	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,2	10	26,8	209	0,8
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,7</b>	<b>16,7</b>	<b>50,1</b>	<b>378</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	71	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>15,5</b>	<b>71</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	1,5	46	1,9
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,5	2,4	12,5	92	6
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	8,4	12	13,3	269	11,9
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1	2	3	37	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		7	102	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>18,7</b>	<b>20,3</b>	<b>60,8</b>	<b>663</b>	<b>20,1</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,3	8,4	28,9	242	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,4	11,3	48	228	0
<b>Итого</b>			<b>463</b>	<b>8,4</b>	<b>19,8</b>	<b>87,3</b>	<b>518</b>	<b>6,2</b>
<b>Всего</b>				<b>39,4</b>	<b>57,3</b>	<b>213,7</b>	<b>1630</b>	<b>30,6</b>