



# МЕНЮ

7 февраля 2022 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2013	10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	3,5	6,9	23,2	169	0
2013	178	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	6,5	7	25	190	0,8
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	150			11,7	47	0
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>10</b>	<b>13,9</b>	<b>59,9</b>	<b>406</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	100	3,3	2,9	4,6	60	0,8
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>3,3</b>	<b>2,9</b>	<b>4,6</b>	<b>60</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,6	0,3	17	81	0
2013	69	ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	30	0,5		1,1	6	4,4
2012	292	МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	150	12,5	7,6	15,7	193	7,5
2013	224	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	160	3,1	9,4	13,1	158	5,1
2013	177	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	70			4,9	19	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>18,7</b>	<b>17,3</b>	<b>51,8</b>	<b>457</b>	<b>17</b>
<b>Полдник</b>								
2014	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	70	11,5	9,7	8,9	173	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	120	3,8	3,3	6,3	70	1,87
2014	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	2,3	2,1	15,8	90	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>17,6</b>	<b>15,1</b>	<b>31</b>	<b>333</b>	<b>1,97</b>
<b>Всего</b>				<b>49,6</b>	<b>49,2</b>	<b>147,3</b>	<b>1256</b>	<b>20,57</b>

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.

2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	120	3,8	3,3	6,3	70	1,87
------	-----	------------------	-----	-----	-----	-----	----	------





# МЕНЮ

7 февраля 2022 г.

## Сад 10 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>								
2013	178	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,4	7,6	25,1	190	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	1,6	5,9	10,9	104	0
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,4	34	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>7</b>	<b>13,5</b>	<b>44,4</b>	<b>328</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2014	401	КЕФИР	100	3,3	2,9	4,6	60	0,8
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>3,3</b>	<b>2,9</b>	<b>4,6</b>	<b>60</b>	<b>0,8</b>
<b>Сад 10 часов Обед</b>								
2013	224	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,3	6,8	13	127	5,7
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30/30	5	0,5	32,3	154	0
2012		ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	50	0,6		1,3	8	5,6
2012	292	МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	140	17,2	8,7	25	264	10,2
2014	379	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	170			14,9	60	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>26,1</b>	<b>16</b>	<b>86,5</b>	<b>613</b>	<b>21,5</b>
<b>Полдник</b>								
2014	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	140	4,4	3,8	7,3	81	0,8
2014	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	100	13	9,7	24,4	240	0,1
2014	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	1,3	0,7	7,9	43	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>18,7</b>	<b>14,2</b>	<b>39,6</b>	<b>364</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>				<b>55,1</b>	<b>46,6</b>	<b>175,1</b>	<b>1365</b>	<b>23,7</b>

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.