

Утверждаю



/Заведующий  
/Катошина О Н/

**МЕНЮ**  
13 марта 2024 г.

Ясли 10,5 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>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	9,79	17,21	2,38	203,77	0,21
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	151	4,12	4,41	9,97	97,31	0,71
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,39	0,92	16,38	83,51	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	5,16	0,05	46,75	0,00
<b>Итого</b>			<b>309</b>	<b>16,33</b>	<b>27,70</b>	<b>28,78</b>	<b>431,34</b>	<b>0,92</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН	80	1,20	0,40	16,80	76,80	8,00
<b>Итого</b>			<b>80</b>	<b>1,20</b>	<b>0,40</b>	<b>16,80</b>	<b>76,80</b>	<b>8,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	150	7,34	2,29	12,43	99,69	6,27
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	111	2,75	3,89	28,88	161,53	0,00
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	66	11,34	4,18	9,36	120,44	0,34
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	27	0,18	1,83	1,70	24,04	0,06
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,65	26,61	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,07	0,28	13,25	63,74	0,00
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>23,68</b>	<b>12,47</b>	<b>72,27</b>	<b>496,05</b>	<b>6,67</b>
<b>Полдник</b>								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	67	8,03	7,73	18,48	178,33	0,33
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,46	4,93	7,24	92,39	0,82
<b>Итого</b>			<b>218</b>	<b>12,49</b>	<b>12,66</b>	<b>25,72</b>	<b>270,72</b>	<b>1,15</b>
<b>Всего</b>				<b>53,70</b>	<b>53,23</b>	<b>143,57</b>	<b>1 274,91</b>	<b>16,74</b>

ст медсестры \_\_\_\_\_

Мицатина М В