

Утверждаю



Детский сад №60"
ЖУЛАКОВА А.В./

МЕНЮ

3 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,3	6,1	25,6	178	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,7	2,2	9,3	67	0,4
Итого			330	11,2	12,4	41,9	307	0,4
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,8	0,2	13,8	62	0
Итого			150	0,8	0,2	13,8	62	0
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (С 01.11 ПО 01.06)	40	0,7	2	3,3	35	0,4
2008		СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	180	3,3	2,5	12,6	87	3,5
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	1,4	2,3	4,5	23	0
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	130	2,9	9,1	21,3	170	9,8
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	16,8	69	39
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6		0
Итого			610	12,1	17,1	82,7	435	52,7
Полдник								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	100	4,7	4,5	18,8	141	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3	0,1	17,5	72	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого			290	7	5,5	60,3	325	0
Всего				31,1	35,2	198,7	1129	53,1