

## МЕНЮ

15 ноября 2024 г.  
Ясли 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
1997	23	* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (* сыр белорусское золото)	10	2,51	2,71	0,00	34,10	0,07
1996	284	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (* яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	105	10,80	13,71	1,93	174,11	0,15
1996	Таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	40	0,28	0,04	1,01	5,65	4,04
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,08	0,00	2,92	11,98	0,02
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	15	1,16	0,41	8,07	41,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>14,83</b>	<b>16,87</b>	<b>13,93</b>	<b>267,09</b>	<b>4,28</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	118	3,62	3,02	5,66	63,86	0,65
<b>Итого</b>			<b>118</b>	<b>3,62</b>	<b>3,02</b>	<b>5,66</b>	<b>63,86</b>	<b>0,65</b>
<b>Обед</b>								
1996	120	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ, СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, вода питьевая, * сметана 15% жирности, * петрушка сушеная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории)	150/25	6,46	6,94	5,45	110,53	7,68
1996	416	* ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ (* полуфабр.говяд. д/п, * полуфабр.свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * лук репчатый, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	60	8,82	10,88	9,14	170,32	0,28
1996	416	* КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук репчатый, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	60	9,80	6,85	9,55	138,56	0,28
1996	463 таб№ 4	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	110	6,44	4,37	33,63	201,38	0,00
1996	553	* СОУС СМЕТАННЫЙ (* сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная, вода питьевая)	50	0,89	3,70	2,62	47,39	0,03
1996	таб№ 24	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* томаты парниковые)	50	0,55	0,10	1,91	12,06	12,57
1997	773 ТТК	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (* шиповник сухой, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,33	0,14	9,53	46,90	44,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	35	2,28	0,38	15,44	71,31	0,00
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>25,77</b>	<b>26,51</b>	<b>77,72</b>	<b>659,89</b>	<b>64,56</b>
<b>Полдник</b>								
2004	389	* БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) (* рыба минтай потрошённая обезглавленная, * батон нарезной йодированный, вода питьевая, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	50	6,85	2,36	4,70	67,94	0,29
2008		ВАФЛИ (* вафли с жировыми начинками)	22	0,89	6,25	14,50	118,23	0,00
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	15	1,16	0,41	8,07	41,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>287</b>	<b>8,90</b>	<b>9,02</b>	<b>50,27</b>	<b>319,42</b>	<b>12,29</b>
<b>Всего</b>				<b>53,12</b>	<b>55,42</b>	<b>147,58</b>	<b>1 310,26</b>	<b>81,78</b>