

# МЕНЮ

**14 октября 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	324	* ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (* яйца куриные (шт.))	40	4,98	4,51	0,27	61,52	0,00
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	150	4,81	2,38	25,30	137,45	0,40
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,39	2,72	14,52	95,81	0,58
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, * масло сливочное традиционное)	25/5	1,96	5,08	13,49	108,64	0,00
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>15,14</b>	<b>14,69</b>	<b>53,58</b>	<b>403,42</b>	<b>0,98</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	100	3,05	2,54	4,78	53,89	0,54
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>3,05</b>	<b>2,54</b>	<b>4,78</b>	<b>53,89</b>	<b>0,54</b>
<b>Обед</b>								
1996	75	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (* свекла, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	50	0,77	3,47	4,79	53,40	2,23
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ГОВЯДИНОЙ (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр.говяд. д/п, * петрушка сушеная)	150/5	2,88	2,06	9,56	69,01	0,41
2010	ТТК	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* полуфабр.говяд. д/п, * полуфабр.свинина окорок д/п, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт)	30/30	4,08	3,56	5,65	70,52	0,81
2007	ТТК	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт)	30/30	4,38	2,29	6,12	61,63	0,79
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное традиционное, * соль йодированная)	140	3,20	4,96	18,43	131,16	8,60
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ С (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	150	0,22	0,05	8,32	35,00	35,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	16	1,23	0,43	8,61	44,00	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>601</b>	<b>14,36</b>	<b>14,86</b>	<b>68,74</b>	<b>464,89</b>	<b>47,05</b>
<b>Полдник</b>								
1996	297 ТТК	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЁННЫМ (* творог 5,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное традиционное, *ванилин, * сухари панировочные, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	100/32	14,87	10,53	33,04	285,19	0,37
2012	428	*ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ (* пюре фруктовое сады придонья (пюр.пак.125 г))	125	0,00	0,00	22,50	90,00	2,00
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,16	0,00	3,90	16,28	0,03
<b>Итого</b>			<b>407</b>	<b>15,03</b>	<b>10,53</b>	<b>59,44</b>	<b>391,47</b>	<b>2,40</b>
<b>Всего</b>				<b>47,58</b>	<b>42,62</b>	<b>186,54</b>	<b>1 313,67</b>	<b>50,97</b>