

УТВЕРЖДАЮ

Директор Торосовской ООШ

Поплавская О.И.



## МЕНЮ

03.12.2024г.

Ясли 10,5 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>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ	150	5,4	6,3	22,2	167	0,8
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	4,5	3,7	13,9	107	0,8
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/4	1,5	3,9	10,3	82	0
<b>Итого</b>			<b>324</b>	<b>11,4</b>	<b>13,9</b>	<b>46,4</b>	<b>356</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,7	0,1	14,8	64	3
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>14,8</b>	<b>64</b>	<b>3</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	4,9	5,7	11,5	121	12,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,7	10,8	23,6	244	11,7
2008	56	СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	40	1,3	3,6	7,3	67	3,4
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>20,9</b>	<b>20,4</b>	<b>61,9</b>	<b>520</b>	<b>27,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	80	6,4	8,9	5,8	129	0,2
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
2008	411	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8</b>	<b>9,5</b>	<b>22,1</b>	<b>205</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>41</b>	<b>43,9</b>	<b>145,2</b>	<b>1145</b>	<b>32,5</b>

медсестра  Шопперт Лариса Викторовна

повар  Пузикова ЕВ, Трандина НА