

# МЕНЮ

## Ясли 12 часов



Генеральный директор  
АНО ОО "Академия"  
/Зимарева И.В./

01.03.24

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	1,6	2,7	15,5	94	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3	2,5	12,5	85	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,5	8,7	7,4	131	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>9,1</b>	<b>13,9</b>	<b>35,4</b>	<b>310</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40	0,6	4	3	51	11,2
2008	80	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/5	1,6	2,7	10,1	75	4,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	4,2	17,1	116	8,3
2008	272	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	50	7,5	7,7	6,3	125	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	23,8	98	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
<b>Итого</b>			<b>565</b>	<b>16,2</b>	<b>19,1</b>	<b>83,9</b>	<b>577</b>	<b>24,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	468	БУЛОЧКА "УЛИТКА"	50	3,9	5	24,6	159	0
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>3,9</b>	<b>5</b>	<b>24,6</b>	<b>159</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	292	МАКАРОННИК С МЯСОМ	150	15,3	16,5	14	267	0,6
2008	411	КИСЕЛЬ	150			21,5	86	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	24	0
<b>Итого</b>			<b>310</b>	<b>16,1</b>	<b>16,6</b>	<b>40,5</b>	<b>377</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>45,7</b>	<b>55</b>	<b>194,2</b>	<b>1470</b>	<b>35,5</b>