|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **19 мая 2022 г.** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Ясли 12 часов** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-****ник****рецеп-****тур** | **№****техн.****карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** | **Вита-****мин****С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле-****воды, г** |
| **Завтрак** |
| 2012 | 234 | ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙЗАПЕЧЕННЫЙ | 130 | 2 | 3,9 | 15,9 | 107 | 0 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,8 | 1,8 | 5 | 39 | 0,1 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 160 | 2,4 | 2,5 | 12,2 | 81 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4 |  | 36 | 0 |
| **Итого** | **355** | **7,4** | **12,4** | **47,7** | **332** | **0,5** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ | 30 | 0,4 | 3 | 2,5 | 39 | 1,2 |
| 2012 | 86 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 150 | 1,1 | 3,1 | 6,6 | 59 | 0,2 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 110 | 12,2 | 4,1 | 25,6 | 188 | 0 |
| 2012 | 302 | КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ | 60 | 0,7 | 1,9 | 4,5 | 37 | 0,2 |
| 2012 | 356 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ ИЛУКОМ | 20 | 0,5 | 2,3 | 1,8 | 31 | 0,4 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ | 150 | 0,4 | 0,1 | 20,9 | 88 | 0,2 |
| **Итого** | **550** | **15,3** | **14,5** | **61,9** | **442** | **2,2** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2012 | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 50 | 4 | 6,4 | 28,4 | 187 | 0 |
| **Итого** | **220** | **8,8** | **11,6** | **36,2** | **286** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2008 | 132 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ | 110 | 2,2 | 5,8 | 18,1 | 134 | 9,1 |
| к/к | к/к | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | 60 | 13,3 | 6 | 4,6 | 139 | 9 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 150 |  |  | 0,1 | 1 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
|  |  | КОНФЕТЫ ЖЕЛЕЙНЫЕ | 20 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **370** | **17,7** | **12** | **37,4** | **343** | **18,1** |
| **Всего** | **49,2** | **50,5** | **183,2** | **1403** | **21,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

