|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **29 июля 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 190 | КАША "ДРУЖБА" | | | | 150 | | 4,7 | | 6,6 | | | 20,7 | 162 | 0,6 |
| к/к | | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | | | | 160 | | 3,1 | | 3,3 | | | 21,1 | 128 | 0,1 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 1,8 | | 0,2 | | | 12,1 | 57 | 0 |
| 2008 | | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 10 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | | 0,1 | 38 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **355** | | **9,7** | | **14,3** | | | **54** | **385** | **0,7** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | СВЕКОЛЬНИК | | | | 150 | | 1,6 | | 2,4 | | | 8,9 | 66 | 4,3 |
| 2008 | | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 110 | | 2,7 | | 3,4 | | | 27,8 | 142 | 0 |
| 2008 | | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | 50/20 | | 9,8 | | 24,3 | | | 3,8 | 175 | 1,1 |
| к/к | | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | | | 150 | | 0,4 | | 0,1 | | | 22,3 | 93 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **520** | | **14,5** | | **30,2** | | | **62,8** | **476** | **5,4** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 170 | | 4,8 | | 4,2 | | | 8 | 89 | 0,9 |
| 2012 | | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | | | | 50 | | 4,1 | | 3,2 | | | 25,6 | 148 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **8,9** | | **7,4** | | | **33,6** | **237** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | | | 180 | | 4,3 | | 6 | | | 13 | 126 | 38,5 |
| 2008 | | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | | | | 60 | | 7,5 | | 19,5 | | | 0,7 | 128 | 0,3 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 150 | | 0,1 | |  | | | 9,7 | 41 | 0,8 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 1,8 | | 0,2 | | | 12,1 | 57 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **13,7** | | **25,7** | | | **35,5** | **432** | **39,6** |
| **Всего** | | | | | | | | | **46,8** | | **77,6** | | | **185,9** | **1450** | **46,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

