|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **27 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 | | 212 | ЛАПШЕВНИК С СЫРОМ ЗАПЕЧЕННЫЙ | | | | 150 | | 6,2 | | 6,8 | | | 40,6 | 249 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 165 | | 0,6 | | 0,4 | | | 11 | 50 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **350** | | **9** | | **11,5** | | | **66,2** | **405** | **0** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | | | | 150 | | 1,1 | | 3,9 | | | 6,5 | 68 | 5,3 |
| 2008 | | 260 | АЗУ | | | | 160 | | 18,9 | | 23,2 | | | 19,7 | 314 | 9,4 |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 150 | |  | |  | | | 11,6 | 47 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **500** | | **20** | | **27,1** | | | **37,8** | **429** | **14,7** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | | | | 50 | | 3,3 | | 6,5 | | | 32,7 | 201 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **3,3** | | **6,5** | | | **32,7** | **201** | **0** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 315 | РИС ОТВАРНОЙ | | | | 120 | | 2,9 | | 3,6 | | | 30,7 | 157 | 0 |
| 2008 | | 243 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ | | | | 50 | | 6,1 | | 3,5 | | | 4,2 | 74 | 0,2 |
| 2012 | | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | | | | 30 | | 0,4 | | 1,2 | | | 1,7 | 19 | 0,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | 150 | | 0,5 | | 0,2 | | | 16,7 | 80 | 60 |
| **Итого** | | | | | | | **380** | | **12,1** | | **8,7** | | | **67,9** | **399** | **60,6** |
| **Всего** | | | | | | | | | **44,4** | | **53,8** | | | **204,6** | **1434** | **75,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

