|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9 января 2023 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 | | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 150 | | 4,5 | | 6,2 | | | 21,7 | 161 | 0,5 |
| 2012 | | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 150 | | 2,1 | | 2,3 | | | 16,1 | 94 | 0,1 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **335** | | **6,6** | | **12,6** | | | **37,8** | **292** | **0,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | | | | 150 | | 1,8 | | 4,1 | | | 8,8 | 83 | 7,9 |
| 2012 | | 316 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | | | | 110 | | 2,7 | | 3,6 | | | 28,4 | 157 | 0 |
| 2012 | | 286 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ | | | | 50 | | 6,5 | | 15,8 | | | 2,9 | 181 | 0,6 |
| 2012 | | 357 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | | | | 20 | | 0,5 | | 1,2 | | | 1,9 | 22 | 0,6 |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 150 | |  | |  | | | 11,6 | 47 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **520** | | **11,5** | | **24,7** | | | **53,6** | **490** | **9,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 170 | | 4,8 | | 5,2 | | | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ | | | | 30 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **4,8** | | **5,2** | | | **7,8** | **99** | **0,9** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | | | | 160 | | 11,6 | | 26,6 | | | 13,3 | 341 | 20,9 |
| 2008 | | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ | | | | 20 | | 0,3 | | 0,6 | | | 1,1 | 13 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 410 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | | | | 150 | | 0,1 | |  | | | 21,9 | 88 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **360** | | **12** | | **27,2** | | | **36,3** | **442** | **20,9** |
| **Всего** | | | | | | | | | **34,9** | | **69,7** | | | **135,5** | **1323** | **31,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

