|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **3 февраля 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 150 | 6,1 | 7,7 | 32,4 | 174 | 0,6 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 160 | 3,1 | 3,3 | 21,1 | 128 | 0,1 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 | 0 |
| **Итого** | **355** | **11,5** | **15,4** | **68,2** | **409** | **0,7** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 |  | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ ССОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 30 | 0,7 | 1,6 | 4,3 | 35 | 2,5 |
|  |  | СВЕКОЛЬНИК | 150 | 1,9 | 2,7 | 10,8 | 77 | 5,3 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | 2,7 | 3,4 | 27,8 | 122 | 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 | 22,6 | 94 | 0 |
| **Итого** | **550** | **15,5** | **32,1** | **69,3** | **503** | **8,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2012 | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 50 | 3,9 | 3 | 25 | 143 | 0 |
| **Итого** | **220** | **8,7** | **8,2** | **32,8** | **242** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4,3 | 6 | 13 | 127 | 38,5 |
| 2008 | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | 60 | 7,5 | 19,5 | 0,7 | 208 | 0,3 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | 0,2 |  | 14 | 58 | 1 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,1 | 0,1 | 7,3 | 34 | 0 |
| **Итого** | **420** | **13,1** | **25,6** | **35** | **427** | **39,8** |
| **Всего** | **48,8** | **81,3** | **205,3** | **1461** | **50,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

