|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |
|  |  |  |  | **24 марта 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 150 | 4,6 | 6 | 23,3 | 117 | 0,4 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,4 |  | 40 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,6 | 74 | 0 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 2,6 | 2,7 | 11,5 | 81 | 0,4 |
| **Итого** | **335** | **9,5** | **13,3** | **50,4** | **312** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,4 | 49 | 1,2 |
| 2008 | 93 | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ | 150 | 4,6 | 6,9 | 17,2 | 150 | 5,7 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 110 | 2,2 | 3,7 | 18 | 114 | 9,1 |
| 2002 | 336 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ | 60 | 9,4 | 3,7 | 7,1 | 140 | 0,4 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ | 20 | 0,2 | 1,3 | 1,2 | 17 | 0,5 |
| 2012 | 376 | Компот из плодов или ягод сушенных | 150 | 0,4 | 0,1 | 21,1 | 89 | 0,2 |
| 2008 | К/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **560** | **17,2** | **17,6** | **67** | **559** | **17,1** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4 | 5,8 | 28,9 | 115 | 0 |
| **Итого** | **220** | **8,8** | **11** | **36,7** | **214** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2012 | 137 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 160 | 3,8 | 7,6 | 20,2 | 167 | 24,5 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,5 | 0,2 | 22 | 82 | 61,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **340** | **6,5** | **8** | **56,8** | **318** | **85,8** |
| **Всего** | **42** | **49,9** | **210,9** | **1403** | **104,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| C:\Users\admin\Desktop\ю.jpeg |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.