|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **19 мая 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 | 5,2 | 6,1 | 24,5 | 175 | 0,4 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  |  | 0 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 3 | 3,1 | 12,1 | 89 | 0,5 |
| **Итого** | **335** | **8,2** | **13,3** | **36,6** | **301** | **0,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 30 | 0,3 | 1,6 | 1,6 | 22 | 0,7 |
| 2008 | 93 | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ | 150 | 4,1 | 6,7 | 13,9 | 133 | 4,1 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 110 | 1,5 | 3,2 | 11,9 | 83 | 6 |
| 2002 | 336 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ | 60 | 8,5 | 3,6 | 0,6 | 69 | 0,4 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ | 20 | 0,2 | 1,6 | 1,3 | 20 | 0,5 |
| 2012 | 376 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОДСУШЕНЫХ | 150 |  |  | 11 | 44 | 0 |
| 2008 | К/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **560** | **14,6** | **16,7** | **40,3** | **371** | **11,7** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4 | 6,1 | 28,9 | 187 | 0 |
| **Итого** | **220** | **8,8** | **11,3** | **36,7** | **286** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2012 | 137 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 160 | 3,4 | 7,3 | 16,6 | 177 | 22,5 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,5 | 0,2 | 21,6 | 99 | 60 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  | 72 | 0 |
| **Итого** | **340** | **3,9** | **7,5** | **38,2** | **348** | **82,5** |
| **Всего** | **35,5** | **48,8** | **151,8** | **1304** | **96** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

