|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **24 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 | 212 | ЛАПШЕВНИК С СЫРОМЗАПЕЧЕННЫЙ | 150 | 6 | 6,9 | 35,1 | 226 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  |  | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 165 | 0,9 | 0,6 | 15,3 | 71 | 0 |
| **Итого** | **350** | **6,9** | **11,6** | **50,4** | **334** | **0** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ ИКАРТОФЕЛЕМ | 150 | 0,8 | 3,9 | 5,8 | 64 | 2,4 |
| 2008 | 260 | АЗУ | 160 | 10,7 | 25,4 | 19,8 | 353 | 9,5 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОД | 150 |  |  | 8,1 | 32 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **500** | **11,5** | **29,3** | **33,7** | **449** | **11,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 0,6 | 0,7 | 1 | 112 | 0,1 |
| 2012 | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 50 | 3,8 | 2,7 | 24,7 | 137 | 0 |
| **Итого** | **200** | **4,4** | **3,4** | **25,7** | **249** | **0,1** |
| **Ужин** |
| 2012 | 315 | РИС ОТВАРНОЙ | 120 | 2,9 | 3,6 | 30,7 | 168 | 0 |
| 2008 | 243 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ | 50 | 5,6 | 3,6 | 0,4 | 56 | 0,3 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 30 | 0,4 | 1,4 | 1,9 | 21 | 0,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  | 54 | 0 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,5 | 0,2 | 15,7 | 76 | 60 |
| **Итого** | **380** | **9,4** | **8,8** | **48,7** | **375** | **60,8** |
| **Всего** | **32,2** | **53,1** | **158,5** | **1393** | **72,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

