|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 июля 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 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 150 | 21,3 | 15,1 | 20,1 | 167 | 0,2 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,8 | 2 | 4,7 | 39 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 2,2 | 2,3 | 13,3 | 84 | 0,4 |
| **Итого** | **365** | **26,5** | **23,6** | **52,7** | **393** | **0,7** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150 | 5,6 | 10,7 | 12,2 | 166 | 6 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 2,5 | 3,8 | 18 | 117 | 8,8 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 80 | 0,9 | 4,1 | 4,3 | 81 | 0,6 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 150 | 0,1 |  | 13,2 | 54 | 0,3 |
| **Итого** | **520** | **9,1** | **18,6** | **47,7** | **418** | **15,7** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 89 | 0,9 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,2 | 6,3 | 28,3 | 168 | 0 |
| **Итого** | **220** | **9** | **11,5** | **36,1** | **257** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 100 | 2,4 | 3,1 | 25,2 | 118 | 0 |
| 2012 | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 60 | 6,9 | 15,8 | 4,5 | 168 | 0,1 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 20 | 0,5 | 1,4 | 2,4 | 24 | 0,9 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | 0,1 |  | 9,7 | 40 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,6 | 0,1 | 10,7 | 51 | 0 |
| **Итого** | **360** | **11,5** | **20,4** | **52,5** | **401** | **1,8** |
| **Всего** | **56,1** | **74,1** | **189** | **1421** | **19,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

