|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **23 ноября 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | | к/к | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 150 | | 5,1 | | 7,9 | | | 18,1 | 135 | 0,6 |
| 2012 | | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 160 | | 2,5 | | 2,5 | | | 12,7 | 74 | 0,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4 | | |  | 37 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **345** | | **9,8** | | **14,6** | | | **45,4** | **315** | **1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| к/к | | к/к | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | | | 30 | | 0,2 | |  | | | 0,7 | 4 | 2,8 |
| 2012 | | 86 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | | | | 150 | | 3 | | 4,2 | | | 13,3 | 103 | 0,3 |
| 2008 | | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | | | | 110 | | 12,4 | | 4,1 | | | 26 | 181 | 0 |
| 2012 | | 302 | КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ | | | | 60 | | 0,7 | | 1,9 | | | 4,6 | 38 | 0,2 |
| 2012 | | 356 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | | | | 20 | | 0,5 | | 2,3 | | | 1,8 | 32 | 0,4 |
| к/к | | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 401 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ | | | | 150 | | 0,4 | | 0,1 | | | 19,8 | 83 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **550** | | **17,2** | | **12,6** | | | **66,2** | **441** | **3,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 170 | | 4,8 | | 5,2 | | | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2012 | | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | | | | 50 | | 4,2 | | 7 | | | 27,8 | 190 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **220** | | **9** | | **12,2** | | | **35,6** | **289** | **0,9** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 132 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ | | | | 110 | | 2 | | 5,1 | | | 16,8 | 112 | 8,5 |
| к/к | | к/к | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | | | | 60 | | 13,3 | | 6,2 | | | 4,6 | 141 | 9 |
| 2012 | | 392 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | | | 150 | | 0,1 | |  | | | 9,9 | 40 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,5 | | 0,2 | | | 16,6 | 78 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **350** | | **17,9** | | **11,5** | | | **47,9** | **371** | **17,5** |
| **Всего** | | | | | | | | | **53,9** | | **50,9** | | | **195,1** | **1416** | **23,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

