|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **27 декабря 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 | 24,8 | 16,8 | 20,7 | 140 | 0,3 |
| 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** | **30** | **25,3** | **53,3** | **369** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,6 | 0,2 | 18,4 | 80 | 0,6 |
| **Итого** | **100** | **0,6** | **0,2** | **18,4** | **80** | **0,6** |
| **Обед** |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 30 | 0,6 | 3,1 | 4,6 | 49 | 2,8 |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150 | 5,4 | 10,7 | 10,5 | 159 | 5,2 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 2,2 | 3,8 | 15,4 | 105 | 7,5 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 80 | 0,9 | 4,1 | 4,3 | 61 | 0,6 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| 2012 | 375 | НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОД | 150 | 0,1 | 0,1 | 14,4 | 60 | 1,2 |
| **Итого** | **550** | **9,2** | **21,8** | **49,2** | **434** | **17,3** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2008 |  | ВАФЛИ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **210** | **4,8** | **5,2** | **7,8** | **99** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 100 | 2,4 | 3,1 | 25,2 | 118 | 0 |
| 2012 | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 60 | 7,1 | 15,9 | 5,9 | 165 | 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 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 |  | ФРУКТ СВЕЖИЙ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| **Итого** | **460** | **12,7** | **21** | **67,6** | **463** | **11,8** |
| **Всего** | **57,3** | **73,5** | **196,3** | **1445** | **31,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

