|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **7 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** |
| 2012 | 234 | ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙЗАПЕЧЕННЫЙ | 130 | 37 | 21,6 | 21,4 | 167 | 0,4 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,8 | 1,8 | 5,2 | 40 | 0,1 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 160 | 2,4 | 2,5 | 11,9 | 60 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **355** | **42,4** | **30,1** | **53,1** | **373** | **0,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 86 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 150 | 3 | 4,3 | 13,3 | 104 | 0,3 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 110 | 12,3 | 4,1 | 25,7 | 169 | 0 |
| 2012 | 302 | КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ | 60 | 0,7 | 1,9 | 4,7 | 38 | 0,2 |
| 2012 | 356 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ ИЛУКОМ | 20 | 0,4 | 2,7 | 1,7 | 35 | 0,4 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ | 150 | 0,4 | 0,1 | 19,9 | 84 | 0,2 |
| **Итого** | **520** | **16,8** | **13,1** | **65,3** | **430** | **1,1** |
| **Полдник** |
| 2008 | 435 | РЯЖЕНКА | 170 | 5,1 | 1,7 | 7,1 | 68 | 0,9 |
| 2012 | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 50 | 4,1 | 7,1 | 27,8 | 192 | 0 |
| **Итого** | **220** | **9,2** | **8,8** | **34,9** | **260** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2008 | 132 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ | 110 | 2 | 5,2 | 16,8 | 123 | 8,5 |
| к/к | к/к | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | 60 | 13,2 | 6,3 | 4,4 | 140 | 8,9 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 150 | 0,3 |  | 10,3 | 42 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,7 | 0,2 | 17,8 | 84 | 0 |
| **Итого** | **350** | **18,2** | **11,7** | **49,3** | **389** | **17,4** |
| **Всего** | **86,6** | **63,7** | **202,6** | **1452** | **20,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

