|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **26 января 2024 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 150 | 4,5 | 8,4 | 11,6 | 112 | 0,8 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 160 | 3,2 | 3,3 | 21,4 | 129 | 0,1 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 | 0 |
| **Итого** | **355** | **10** | **16,1** | **47,7** | **348** | **0,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 |  | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ ССОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 30 | 0,7 | 1,7 | 4,2 | 34 | 2,2 |
|  |  | СВЕКОЛЬНИК | 150 | 1,8 | 2,6 | 10,2 | 74 | 5 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | 2,6 | 3,4 | 27,5 | 150 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 50/20 | 9,9 | 24,5 | 3,9 | 177 | 1,1 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,4 | 0,1 | 22,3 | 93 | 0 |
| **Итого** | **550** | **15,4** | **32,3** | **68,1** | **528** | **8,3** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | 50 | 2,9 | 2,3 | 36,4 | 178 | 0 |
|  |  | СНЕЖОК | 180 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **230** | **2,9** | **2,3** | **36,4** | **178** | **0** |
| **Ужин** |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4,3 | 6 | 13 | 116 | 38,5 |
| 2008 | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | 60 | 10 | 12,1 | 0,7 | 141 | 0,3 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | 0,2 |  | 10,2 | 42 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **420** | **16,7** | **18,3** | **38,5** | **368** | **39,6** |
| **Всего** | **45** | **69** | **190,7** | **1422** | **48,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

