|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 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 | | 3,2 | | 7,3 | | | 9,7 | 108 | 0,6 |
| к/к | | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | | | | 160 | | 3,2 | | 3,4 | | | 21,1 | 118 | 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** | | **8,7** | | **15,1** | | | **45,5** | **333** | **0,7** |
| **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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | |  | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | | | | 30 | | 0,7 | | 1,7 | | | 3,5 | 32 | 1,9 |
|  | |  | СВЕКОЛЬНИК | | | | 150 | | 1,6 | | 2,4 | | | 8,6 | 64 | 4,2 |
| 2008 | | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 110 | | 2,6 | | 3,4 | | | 27,5 | 140 | 0 |
| 2008 | | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | 50/20 | | 9,7 | | 24,3 | | | 3 | 221 | 0,7 |
| к/к | | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | | | 150 | | 0,4 | | 0,1 | | | 22,4 | 83 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **550** | | **15** | | **31,9** | | | **65** | **540** | **6,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 170 | | 4,8 | | 5,2 | | | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | | | | 50 | | 1,9 | | 1,6 | | | 24,9 | 122 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **220** | | **6,7** | | **6,8** | | | **32,7** | **221** | **0,9** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | | | 180 | | 4,4 | | 6 | | | 13,3 | 128 | 39,7 |
| 2008 | | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | | | | 60 | | 10 | | 12,3 | | | 0,7 | 142 | 0,3 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 150 | | 0,1 | |  | | | 9,8 | 41 | 0,8 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **16,7** | | **18,5** | | | **38,4** | **380** | **40,8** |
| **Всего** | | | | | | | | | **47,7** | | **72,5** | | | **200** | **1414** | **49,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

