|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **21 февраля 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 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 140 | 29,4 | 19,2 | 20,8 | 181 | 0,3 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 20 | 1,7 | 2,5 | 4,9 | 50 | 0,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 8,9 | 0,1 | 37 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 150 | 2,4 | 2,6 | 18,3 | 87 | 0,1 |
| **Итого** | **345** | **35,8** | **33,4** | **58,7** | **424** | **0,7** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 |  | 0,7 | 4 | 3 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 150 | 4,6 | 6,2 | 20,2 | 105 | 4,3 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 100 | 8,9 | 3,1 | 18,5 | 119 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 80 | 10,7 | 27,6 | 5,7 | 184 | 1,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | 150 | 0,2 | 0,1 | 17,9 | 75 | 2,3 |
| **Итого** | **550** | **24,6** | **37** | **63** | **487** | **11** |
| **Полдник** |
|  |  | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ | 150 | 5,4 | 4,9 | 8,7 | 110 | 0,6 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4 | 4,3 | 28,4 | 169 | 0 |
| **Итого** | **200** | **9,4** | **9,2** | **37,1** | **279** | **0,6** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 150 | 4,4 | 10,3 | 26,1 | 165 | 24 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/5 | 0,2 |  | 10,2 | 42 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **335** | **6,8** | **10,5** | **50,9** | **276** | **24,8** |
| **Всего** | **76,6** | **90,1** | **209,7** | **1416** | **37,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

