|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 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 КЛЕЦКАМИ И 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

