|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **8 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 | | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | | | | 150 | | 7,2 | | 10,4 | | | 23,6 | 158 | 0,8 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 160 | | 2,1 | | 2,3 | | | 22,6 | 80 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **345** | | **11,5** | | **17** | | | **60,8** | **344** | **0,9** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | | | 30 | | 0,4 | | 1,9 | | | 2,4 | 29 | 1,2 |
| 2012 | | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 150 | | 5,6 | | 10,7 | | | 11,1 | 163 | 5,6 |
| 2008 | | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | | | 100 | | 1,9 | | 3,6 | | | 15,9 | 104 | 8 |
| 2008 | | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | | | | 80 | | 0,4 | | 3,9 | | | 2,1 | 45 | 1,1 |
| 2012 | | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | | | | 150 | | 0,2 | | 0,1 | | | 13 | 55 | 15,8 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **550** | | **8,5** | | **20,2** | | | **44,5** | **396** | **31,7** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | | | | 50 | | 4,6 | | 6,8 | | | 39,7 | 207 | 0 |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 150 | | 4,3 | | 4,7 | | | 6,9 | 87 | 0,8 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **8,9** | | **11,5** | | | **46,6** | **294** | **0,8** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | | | | 160 | | 3,7 | | 7 | | | 37,2 | 196 | 0,9 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | | | | 170 | |  | |  | | | 24 | 96 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **360** | | **5,9** | | **7,2** | | | **75,8** | **361** | **0,9** |
| **Всего** | | | | | | | | | **34,8** | | **55,9** | | | **227,7** | **1395** | **34,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

