|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 150 | 4,2 | 6,9 | 19,1 | 155 | 0,4 |
| 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 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 2,6 | 2,7 | 12 | 83 | 0,4 |
| **Итого** | **335** | **9** | **13,9** | **45,7** | **344** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ ИСМЕТАНОЙ | 150 | 4 | 9,8 | 7,5 | 138 | 7,2 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 100 | 5,4 | 4,3 | 24,6 | 159 | 0 |
| 2012 | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 60 | 10 | 9,6 | 5,4 | 148 | 0,5 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 20 | 0,2 | 1,8 | 1,8 | 25 | 0,8 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ | 150 |  |  | 11,6 | 47 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **520** | **19,6** | **25,5** | **50,9** | **517** | **8,5** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ЙОГУРТ | 150 | 6,8 | 6,1 | 10,9 | 107 | 1,7 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ | 30 | 2,2 | 2,8 | 21,6 | 121 | 0 |
| **Итого** | **180** | **9** | **8,9** | **32,5** | **228** | **1,7** |
| **Ужин** |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | 2,4 | 4,3 | 18,4 | 152 | 8,7 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,5 | 0,2 | 16,7 | 80 | 60 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **330** | **5,1** | **4,7** | **49,7** | **321** | **68,7** |
| **Всего** | **42,7** | **53** | **178,8** | **1390** | **79,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

