|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 марта 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 | 24,2 | 16,6 | 19,6 | 181 | 0,3 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 20 | 0,4 | 1 | 2,7 | 21 | 0 |
| 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 | 18,2 | 87 | 0,1 |
| **Итого** | **345** | **29,3** | **29,3** | **55,2** | **395** | **0,4** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  | 30 | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  | 30 | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 150 | 4,5 | 5,9 | 20,3 | 113 | 4,3 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 100 | 8,9 | 3,3 | 18,5 | 120 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 80 | 10,7 | 27,5 | 5,7 | 174 | 1,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  | 80 | 0 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | 150 | 0,2 | 0,1 | 17,8 | 65 | 2,3 |
| **Итого** | **520** | **24,3** | **36,8** | **62,3** | **552** | **8** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,5 | 4,9 | 7,2 | 82 | 0,8 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4 | 4,2 | 29,7 | 153 | 0 |
| **Итого** | **200** | **8,5** | **9,1** | **36,9** | **235** | **0,8** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 150 | 3,9 | 10,2 | 22 | 167 | 26,9 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/5 | 0,1 |  | 9,7 | 41 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **335** | **6,2** | **10,4** | **46,3** | **277** | **27,7** |
| **Всего** | **68,3** | **85,6** | **200,7** | **1409** | **36,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

