|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **26 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 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 165 | | 10,5 | | 10,3 | | | 2,2 | 156 | 0,3 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,1 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | 0 | | 4,1 | | | 0 | 37 | 0 |
| к/к | | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 150 | | 1,4 | | 2,6 | | | 24,9 | 113 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **350** | | **14,1** | | **17,1** | | | **43,8** | **375** | **0,4** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | | 0,2 | | 0,1 | | | 7,1 | 32 | 1 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,2** | | **0,1** | | | **7,1** | **32** | **1** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | | | | 30 | | 0,4 | | 1 | | | 3,4 | 26 | 5 |
| 2008 | | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | | | | 150 | | 1,3 | | 4 | | | 9,9 | 94 | 4 |
| 2012 | | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 100 | | 1,2 | | 3,2 | | | 10,4 | 84 | 6,5 |
| 2012 | | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | | | | 80 | | 3,8 | | 4,4 | | | 3,7 | 60 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,5 | | | 17,2 | 80 | 0 |
| 2008 | | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 150 | | 0,1 | | 0,1 | | | 13,8 | 53 | 1 |
| **Итого** | | | | | | | **550** | | **9,4** | | **12,7** | | | **58,4** | **397** | **16,5** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | | | | 50 | | 7,1 | | 7 | | | 34,7 | 231 | 0 |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 150 | | 4,6 | | 5 | | | 7,5 | 87 | 0,8 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **11,7** | | **12** | | | **42,2** | **318** | **0,8** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 207 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | | | | 160 | | 4,3 | | 5,4 | | | 27,4 | 185 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 150 | | 0,1 | | 0 | | | 10 | 40 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **340** | | **6,6** | | **5,6** | | | **52** | **294** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | | **42** | | **47,5** | | | **203,5** | **1416** | **18,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

