|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 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 ВСМЕТАННОМ 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 ССЫРОМ, 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

