|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **28 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 | | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 160 | | 2,4 | | 4,7 | | | 8,8 | 106 | 0,4 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | 0 | | 4,1 | | | 0 | 37 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| 2012 | | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 150 | | 2,1 | | 2,1 | | | 12,2 | 80 | 0,5 |
| **Итого** | | | | | | | **345** | | **6,7** | | **11,1** | | | **35,6** | **292** | **0,9** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | | 0,1 | | 0,1 | | | 5,9 | 23 | 2 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,1** | | **0,1** | | | **5,9** | **23** | **2** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | | | | 30 | | 0 | | 0,1 | | | 0 | 21 | 0 |
| 2012 | | 84 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 150 | | 2,3 | | 2 | | | 11,1 | 53 | 5,6 |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 120 | | 3,4 | | 3,7 | | | 27,8 | 122 | 0 |
| 2008 | | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | | | | 60 | | 8,4 | | 4,4 | | | 2,1 | 123 | 11 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | | | 150 | | 0,7 | | 0 | | | 18 | 66 | 0,2 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,5 | | | 17,2 | 80 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **520** | | **18** | | **10,7** | | | **76,2** | **465** | **16,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 150 | | 4,3 | | 4,7 | | | 7,5 | 87 | 0,8 |
| к/к | | к/к | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ | | | | 50 | | 3,2 | | 3,3 | | | 30,1 | 167 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **7,5** | | **8** | | | **37,6** | **254** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | | | 130 | | 2,7 | | 2,8 | | | 14,7 | 107 | 23,2 |
| 2008 | | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | | | | 60 | | 6,3 | | 14,5 | | | 3,7 | 180 | 0,3 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | | к/к | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | | | | 150 | | 0,1 | | 0 | | | 14,8 | 50 | 1,2 |
| **Итого** | | | | | | | **370** | | **11,3** | | **17,5** | | | **47,8** | **406** | **24,7** |
| **Всего** | | | | | | | | | **43** | | **47,4** | | | **203,1** | **1410** | **45,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

