|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **29 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 | | 112 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | | | | 150 | | 4,7 | | 3,1 | | | 15,6 | 125 | 0,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | 0,1 | | 4,2 | | | 0,1 | 38 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 150 | | 2,2 | | 2,3 | | | 10,9 | 82 | 0,4 |
| **Итого** | | | | | | | **335** | | **9,2** | | **9,8** | | | **41,2** | **314** | **0,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | | 0,3 | | 0 | | | 7,5 | 37 | 2,7 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,3** | | **0** | | | **7,5** | **37** | **2,7** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 3 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | | | 30 | | 0,4 | | 2,5 | | | 2,9 | 40 | 4,5 |
| 2012 | | 145 | СВЕКОЛЬНИК | | | | 150 | | 1,6 | | 2,4 | | | 7,4 | 65 | 4,4 |
| 2008 | | 266 | ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ | | | | 160 | | 12,7 | | 18 | | | 22,3 | 224 | 0,9 |
| 2012 | | 124 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,4 | | | 17,2 | 80 | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | | | 150 | | 0,4 | | 0,1 | | | 20,4 | 93 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **530** | | **17,7** | | **23,4** | | | **70,2** | **502** | **9,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 170 | | 4,8 | | 5,2 | | | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2012 | | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | | | | 50 | | 4,2 | | 3,4 | | | 26,6 | 153 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **220** | | **9** | | **8,6** | | | **34,4** | **252** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 349 | РАГУ ОВОЩНОЕ | | | | 160 | | 3,1 | | 5 | | | 16,1  6665,1 | 139 | 17,2 |
| 2012 | | 505 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 150 | | 0,1 | | 0 | | | 9,1 | 39 | 0 |
| 2008 | | 122 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| 2012 | | 126 | ПЛОДЫ СВЕЖИЕ | | | | 100 | | 0,4 | | 0,4 | | | 10,4 | 45 | 10 |
| **Итого** | | | | | | | **440** | | **5,8** | | **5,2** | | | **50,2** | **292** | **27,2** |
| **Всего** | | | | | | | | | **42** | | **47** | | | **203,5** | **1397** | **41,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

