|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 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 МАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ | 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 БЕЛОКОЧАННОЙКАПУСТЫ | 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 | 16,16665,1 | 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

