|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **6 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 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 140 | 21,4 | 15,2 | 19,1 | 184 | 0,2 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 20 | 1,6 | 2,3 | 4,5 | 36 | 0,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 8,9 | 0,1 | 37 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 150 | 2,4 | 2,6 | 18,2 | 97 | 0,1 |
| **Итого** | **345** | **27,7** | **29,2** | **56,5** | **423** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 |  | 0,7 | 4 | 3 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 150 | 4,5 | 5,9 | 20,3 | 113 | 4,3 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 100 | 8,9 | 3,3 | 18,5 | 130 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 80 | 10,7 | 27,5 | 5,7 | 184 | 1,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | 150 | 0,2 | 0,1 | 17,8 | 75 | 2,3 |
| **Итого** | **550** | **24,5** | **36,8** | **63** | **506** | **11** |
| **Полдник** |
|  |  | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ | 150 | 3,9 | 3,5 | 6,2 | 78 | 0,4 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4 | 4,2 | 28,6 | 149 | 0 |
| **Итого** | **200** | **7,9** | **7,7** | **34,8** | **227** | **0,4** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 150 | 3,8 | 10,2 | 21,8 | 195 | 20 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/5 | 0,1 |  | 9,7 | 41 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **335** | **6,1** | **10,4** | **46,1** | **305** | **20,8** |
| **Всего** | **66,2** | **84,1** | **200,4** | **1444** | **32,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

