|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **7 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | | | | 150 | | 4,8 | | 7,6 | | | 19,9 | 167 | 0,4 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 160 | | 2,1 | | 2,3 | | | 22,7 | 120 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **345** | | **9,1** | | **14,2** | | | **57,2** | **393** | **0,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | | | 30 | | 0,4 | | 1,6 | | | 2,4 | 26 | 1,2 |
| 2012 | | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 150 | | 6,1 | | 12,3 | | | 10,9 | 178 | 5,5 |
| 2008 | | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | | | 100 | | 1,9 | | 3,3 | | | 15,7 | 101 | 7,9 |
| 2008 | | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | | | | 80 | | 0,5 | | 3,9 | | | 2,1 | 46 | 1,1 |
| 2012 | | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | | | | 150 | | 0,2 | | 0,1 | | | 13 | 55 | 15,8 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **550** | | **9,1** | | **21,2** | | | **44,1** | **406** | **31,5** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | | | | 50 | | 3,4 | | 6,3 | | | 32,9 | 202 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **3,4** | | **6,3** | | | **32,9** | **202** | **0** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | | | | 160 | | 10,6 | | 24,5 | | | 30,1 | 243 | 1 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | | | | 170 | |  | |  | | | 24 | 96 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **360** | | **12,8** | | **24,7** | | | **68,7** | **408** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | | **34,6** | | **66,7** | | | **203,3** | **1409** | **33** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

