|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **11 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 150 | 4,3 | 7,1 | 19,4 | 159 | 0,5 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 2,7 | 2,8 | 12,2 | 86 | 0,5 |
| **Итого** | **335** | **9,2** | **14,3** | **46,2** | **352** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  | 40 | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СБОБОВЫМИ | 150 | 4,6 | 5 | 16,2 | 129 | 4,5 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 100 | 5,4 | 4,2 | 24,7 | 158 | 0 |
| 2012 | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 60 | 9,2 | 8,9 | 5,4 | 139 | 0,5 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 20 | 0,3 | 2 | 1,9 | 27 | 0,8 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ | 150 |  |  | 11,6 | 47 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 73 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | 15 | 1,7 | 0,1 | 11,6 | 55 | 0 |
| **Итого** | **515** | **21,2** | **20,2** | **71,4** | **555** | **5,8** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ | 30 | 1,9 | 2,6 | 19,6 | 110 | 0 |
| **Итого** | **200** | **6,7** | **7,8** | **27,4** | **209** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | 2,2 | 4,2 | 15,4 | 108 | 7,2 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,5 | 0,2 | 16,8 | 80 | 60,6 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ | 20 |  |  |  | 40 | 0 |
| **Итого** | **320** | **2,7** | **4,4** | **32,2** | **228** | **67,8** |
| **Всего** | **39,8** | **46,7** | **177,2** | **1394** | **75,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

