|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **18 апреля 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** |
| 2012 | 234 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | 130 | 10,4 | 4,1 | 19,9 | 148 | 0,3 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,9 | 2,4 | 5,4 | 47 | 0,3 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 160 | 1,8 | 1,8 | 20,5 | 74 | 0,1 |
| **Итого** | **355** | **15,3** | **12,6** | **64,3** | **375** | **0,7** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,3 | 0,1 | 5 | 28 | 1 |
| **Итого** | **100** | **0,3** | **0,1** | **5** | **28** | **1** |
| **Обед** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 30 | 0,5 | 1,9 | 2,6 | 30 | 1,2 |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150 | 5,6 | 5,3 | 10 | 114 | 5,1 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 100 | 1,9 | 3,3 | 15,8 | 101 | 8 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ СОВОЩАМИ | 80 | 0,5 | 3,9 | 2,1 | 46 | 1,1 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОДЗАМОРОЖЕННЫХ | 150 | 0,2 | 0,1 | 13 | 55 | 15,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,5 | 17,5 | 80 | 0 |
| **Итого** | **550** | **11,3** | **15** | **61** | **426** | **31,2** |
| **Полдник** |
| 2008 | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 50 | 3,7 | 6,5 | 23,7 | 189 | 0,1 |
|  |  | ЙОГУРТ | 150 | 4,8 | 4,2 | 6,6 | 91 | 0,5 |
| **Итого** | **200** | **8,5** | **10,7** | **30,3** | **280** | **0,6** |
| **Ужин** |
| 2008 | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 160 | 5,6 | 10,7 | 20,6 | 187 | 1 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗКОНЦЕНТРАТА | 170 | 0 | 0 | 21,2 | 97 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **360** | **7,8** | **10,9** | **56,4** | **353** | **1** |
| **Всего** | **42,4** | **47,4** | **202,9** | **1410** | **33,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

