|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **22 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 150 | | 4,2 | | 6,9 | | | 19,1 | 155 | 0,4 |
| 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 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 150 | | 2,6 | | 2,7 | | | 12,1 | 84 | 0,4 |
| **Итого** | | | | | | | **335** | | **9** | | **13,9** | | | **45,8** | **345** | **0,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | | 0,2 | | 0,1 | | | 7,5 | 30 | 2 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,2** | | **0,1** | | | **7,5** | **30** | **2** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | | | | 150 | | 4,9 | | 5 | | | 17 | 132 | 4,5 |
| 2008 | | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 100 | | 5,4 | | 4,1 | | | 24,6 | 127 | 0 |
| 2012 | | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | | | | 60 | | 9,2 | | 8,9 | | | 5,4 | 139 | 0,5 |
| 2012 | | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | | | | 20 | | 0,2 | | 1,8 | | | 1,7 | 24 | 0,8 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ | | | | 150 | | 0 | | 0 | | | 11,6 | 47 | 0 |
| 2008 | | К/К | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,3 | | 0,2 | | | 8,6 | 40 | 0 |
| 2008 | | 73 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | | | | 15 | | 1,7 | | 0,1 | | | 11,6 | 55 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **515** | | **22,7** | | **20,1** | | | **97,5** | **524** | **5,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 170 | | 4,8 | | 5,2 | | | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ | | | | 30 | | 1,8 | | 1,4 | | | 20,5 | 110 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **6,6** | | **6,6** | | | **28,3** | **209** | **0,9** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | | | | 150 | | 2,2 | | 4,2 | | | 12,5 | 114 | 8 |
| 2008 | | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | 150 | | 0,5 | | 0,2 | | | 12,7 | 80 | 50 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | | 1,3 | | 0,2 | | | 8,6 | 40 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **320** | | **2,7** | | **4,4** | | | **33,2** | **234** | **58** |
| **Всего** | | | | | | | | | **39,7** | | **44,8** | | | **202,2** | **1392** | **65,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

