|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **4 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | | | | 150 | | 4,8 | | 5,6 | | | 19,9 | 107 | 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 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 160 | | 2,1 | | 2,3 | | | 22,7 | 110 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **345** | | **9,1** | | **12,2** | | | **57,2** | **323** | **0,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | | 0,2 | | 0,1 | | | 6 | 27 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,2** | | **0,1** | | | **6** | **27** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2009 | | 167 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | | | | 30 | | 0,4 | | 1,1 | | | 2,5 | 18 | 1,2 |
| 2012 | | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 150 | | 5,2 | | 7,3 | | | 11,4 | 115 | 5,9 |
| 2008 | | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | | | 100 | | 1,9 | | 3,3 | | | 13,7 | 81 | 7,9 |
| 2008 | | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | | | | 80 | | 0,7 | | 3,9 | | | 3 | 50 | 1,9 |
| 2012 | | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | | | | 150 | | 0,1 | | 0,1 | | | 13,4 | 55 | 0,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,5 | | | 17,2 | 80 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **550** | | **10,9** | | **16,2** | | | **61,2** | **399** | **17,3** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | | | | 50 | | 8,1 | | 8,4 | | | 20,5 | 199 | 0,9 |
|  | |  | СНЕЖОК | | | | 150 | | 7,5 | | 3,8 | | | 12,7 | 110 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **15,6** | | **12,2** | | | **33,2** | **309** | **0,9** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | | | | 160 | | 3 | | 6,2 | | | 30,1 | 206 | 1 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | | | | 170 | | 0 | | 0 | | | 24 | 86 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **360** | | **5,2** | | **6,4** | | | **68,7** | **361** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | | **40,8** | | **47,1** | | | **203,1** | **1409** | **19,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

