|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 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 МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 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 СЧЕСНОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫММАСЛОМ | 30 | 0,4 | 1,1 | 2,5 | 18 | 1,2 |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 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 СОВОЩАМИ | 80 | 0,7 | 3,9 | 3 | 50 | 1,9 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОДЗАМОРОЖЕННЫХ | 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 ИЗКОНЦЕНТРАТА | 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

