|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **21 мая 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 165 | 12,2 | 16,9 | 2,6 | 182 | 0,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 8,9 | 0,1 | 38 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 150 | 2,4 | 2,6 | 18,1 | 106 | 0,1 |
| **Итого** | **350** | **16,9** | **28,6** | **35,4** | **395** | **0,3** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 0 |
| **Итого** | **100** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **46** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 150 | 1,9 | 4 | 12,2 | 96 | 5,1 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 2,3 | 4,2 | 15,4 | 109 | 7,5 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 80 | 0,7 | 4,3 | 3 | 57 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  |  | 80 | 0 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 150 | 0,1 | 0,1 | 17,4 | 62 | 1,2 |
| **Итого** | **520** | **5** | **12,6** | **48** | **404** | **13,8** |
| **Полдник** |
| 2012 | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 50 | 4 | 7,1 | 29,2 | 197 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 5 | 5,6 | 8,2 | 105 | 0,9 |
| **Итого** | **200** | **9** | **12,7** | **37,4** | **302** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2012 | 207 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ССЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 160 | 4,3 | 6,7 | 27,4 | 187 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,1 |  | 9,6 | 39 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **340** | **6,6** | **6,9** | **51,6** | **295** | **0** |
| **Всего** | **38** | **60,9** | **182,5** | **1401** | **15** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

