|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **29 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 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"ЖИДКАЯ | 155 | 3,8 | 5,9 | 11,2 | 99 | 0,6 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 3,9 | 0,1 | 37 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 150 | 2,4 | 2,6 | 18,1 | 76 | 0,1 |
| **Итого** | **340** | **8,5** | **12,6** | **44** | **281** | **0,7** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,1 | 0,1 | 5,9 | 23 | 1 |
| **Итого** | **100** | **0,1** | **0,1** | **5,9** | **23** | **1** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,2 |  | 0,8 | 4 | 3 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 150 | 2,6 | 6,5 | 20,2 | 107 | 4,3 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 100 | 8,2 | 3,3 | 19,2 | 134 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 80 | 8,6 | 17,5 | 5,6 | 182 | 1,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,5 | 17,2 | 80 | 0 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | 150 | 0,2 | 0,1 | 17,8 | 75 | 2,3 |
| **Итого** | **550** | **25,4** | **27,9** | **80,8** | **582** | **11** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,5 | 4,9 | 7,2 | 82 | 0,8 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,2 | 4,4 | 28,3 | 169 | 0 |
| **Итого** | **200** | **8,7** | **9,3** | **35,5** | **251** | **0,8** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 150 | 4,6 | 5,3 | 14,4 | 180 | 27,6 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/5 | 0,1 |  | 9,7 | 40 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **335** | **6,9** | **5,5** | **38,7** | **289** | **28,4** |
| **Всего** | **43,6** | **47,4** | **202,9** | **1400** | **41,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

