|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 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 КЛЕЦКАМИ И 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

