|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **2 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 155 | 8,9 | 9,4 | 2,2 | 180 | 0,2 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 2,2 | 2,3 | 13,3 | 64 | 0,4 |
| **Итого** | **340** | **13,3** | **15,9** | **30,1** | **350** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,2 | 0,1 | 7,1 | 32 | 1 |
| **Итого** | **100** | **0,2** | **0,1** | **7,1** | **32** | **1** |
| **Обед** |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 30 | 0,7 | 2,2 | 4,3 | 49 | 2,8 |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СКАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | 160 | 1,6 | 3,4 | 6,6 | 68 | 8,2 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 2,2 | 3,6 | 11,4 | 103 | 7,5 |
| 2008 | 316 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ КУР,ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОММОЛОЧНЫМ | 80 | 1,7 | 6,2 | 7,8 | 114 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,5 | 17,2 | 80 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 |  |  | 14,6 | 59 | 0 |
| **Итого** | **560** | **6,2** | **15,4** | **61,9** | **393** | **18,9** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,6 | 5 | 7,5 | 87 | 0,8 |
| к/к | к/к | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 50 | 3,4 | 2,2 | 31,9 | 150 | 0 |
| **Итого** | **370** | **8** | **7,2** | **39,4** | **237** | **0,8** |
| **Ужин** |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | 4,6 | 3 | 28,4 | 142 | 0 |
| 2012 | 254 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ | 80 | 8,4 | 5,3 | 4,4 | 107 | 0,7 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,5 | 0,2 | 17,1 | 72 | 30,6 |
| **Итого** | **390** | **15,7** | **8,7** | **64,5** | **390** | **31,3** |
| **Всего** | **42,1** | **47,3** | **203** | **1402** | **53** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

