|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **11 июня 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 | 10,9 | 16,3 | 2,2 | 199 | 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 | 13,4 | 84 | 0,4 |
| **Итого** | **340** | **15,3** | **22,8** | **30,2** | **389** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,3 |  | 7,5 | 28 | 0 |
| **Итого** | **100** | **0,3** |  | **7,5** | **28** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СКАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | 160 | 1,5 | 4,5 | 6,4 | 75 | 8,7 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 2,2 | 3,8 | 15,7 | 106 | 7,7 |
| 2008 | 316 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ КУР,ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОММОЛОЧНЫМ | 80 | 1,7 | 8,4 | 8 | 115 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,1 | 80 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| **Итого** | **530** | **8** | **17,1** | **61,8** | **434** | **16,8** |
|  |
| **Ужин** |
| 2012 | 205 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | 3,9 | 4 | 25,1 | 152 | 0 |
| 2012 | 254 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ | 80 | 11,4 | 8,2 | 4,4 | 136 | 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 | 16,7 | 80 | 60 |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ | 40 | 1,8 | 1,5 | 23,5 | 115 | 0 |
| **Итого** | **390** | **18** | **12,6** | **60,8** | **552** | **60,7** |
| **Всего** | **43,4** | **54** | **183,8** | **1403** | **78,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

