|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **10 июля 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 | 2,8 | 4,9 | 19,8 | 120 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 4,1 | 0,1 | 37 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 150 | 2,4 | 2,6 | 18,1 | 86 | 0,1 |
| **Итого** | **340** | **7,5** | **11,8** | **52,6** | **312** | **0,5** |
| **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 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 150 | 2,6 | 4,1 | 10,2 | 82 | 4,4 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 100 | 5,9 | 3,8 | 18,5 | 114 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 80 | 8,6 | 14,4 | 5,6 | 181 | 1,5 |
| 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 | 55 | 2,3 |
| **Итого** | **520** | **19,9** | **21,9** | **69,3** | **512** | **8,2** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 3,5 | 2,9 | 7,2 | 92 | 0,8 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,1 | 4,2 | 28,3 | 158 | 0 |
| **Итого** | **200** | **7,6** | **7,1** | **35,5** | **250** | **0,8** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 150 | 3 | 5,2 | 12,4 | 199 | 22,6 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/5 | 0,1 |  | 9,8 | 41 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **335** | **5,3** | **5,4** | **36,8** | **309** | **23,4** |
| **Всего** | **40,4** | **47,3** | **200,1** | **1406** | **33,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

