|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **11 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** |
| 2012 | 234 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | 130 | 12,2 | 10,7 | 11,7 | 147 | 0,2 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 1,9 | 2,5 | 5,1 | 38 | 0,3 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 160 | 2,1 | 2,3 | 22,7 | 70 | 0,1 |
| **Итого** | **355** | **18,4** | **19,8** | **54,1** | **361** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 23 | 2 |
| **Итого** | **100** | **0,5** | **0,1** | **9,9** | **23** | **2** |
| **Обед** |
| к/к | к/к | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,1 |  | 0,2 | 1 | 0,9 |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150 | 4,8 | 6,6 | 9,9 | 117 | 5 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 100 | 1,9 | 3,3 | 15,7 | 101 | 7,9 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ СОВОЩАМИ | 80 | 0,5 | 3,9 | 2,1 | 46 | 1,1 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОДЗАМОРОЖЕННЫХ | 150 | 0,2 | 0,1 | 13,2 | 56 | 17,1 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,2 | 17,2 | 80 | 0 |
| **Итого** | **550** | **10,1** | **14,1** | **58,3** | **401** | **32** |
| **Полдник** |
| 2008 | 483 | БУЛОЧКА САХАРНАЯ | 50 | 3,7 | 5,4 | 17,2 | 171 | 0 |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 4,7 | 6,9 | 87 | 0,8 |
| **Итого** | **200** | **8** | **10,1** | **24,1** | **258** | **0,8** |
| **Ужин** |
| 2008 | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 160 | 3 | 3,9 | 16,1 | 194 | 1 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗКОНЦЕНТРАТА | 170 |  |  | 24 | 96 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **360** | **5,2** | **4,1** | **54,7** | **359** | **1** |
| **Всего** | **42,2** | **48,2** | **203,1** | **1402** | **36,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

