|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **21 августа 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 | 4,6 | 7,8 | 19 | 165 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 8,9 | 0,1 | 80 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 150 | 2,3 | 2,5 | 17,5 | 102 | 0,1 |
| **Итого** | **340** | **9,2** | **19,4** | **51,2** | **416** | **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 | 4,7 | 6,5 | 21,1 | 161 | 4,3 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 100 | 8,9 | 3,2 | 18,5 | 140 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ | 80 | 10,6 | 27,3 | 5,8 | 311 | 1,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,5 | 17,2 | 80 | 0 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫБЕЗ КОСТОЧКИ(курага) | 150 | 0,8 |  | 22,1 | 92 | 0,2 |
| **Итого** | **520** | **27,6** | **37,5** | **84,7** | **784** | **5,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,7 | 5,1 | 7,6 | 96 | 0,8 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,1 | 4,4 | 28,3 | 169 | 0 |
| **Итого** | **200** | **8,8** | **9,5** | **35,9** | **265** | **0,8** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 150 | 3,6 | 10,2 | 21,5 | 193 | 15,1 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/5 | 0,1 |  | 9,6 | 40 | 0,7 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **335** | **5,9** | **10,4** | **45,7** | **302** | **15,8** |
| **Всего** | **51,6** | **76,9** | **223,4** | **1790** | **24** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |