|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **25 сентября 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 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 150 | 4,8 | 9,8 | 12,7 | 120 | 0,3 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,8 | 2 | 4,7 | 29 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 2,5 | 2,5 | 11,7 | 50 | 0,4 |
| **Итого** | **365** | **10,3** | **18,5** | **43,7** | **305** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,1 |  | 7 | 20 | 0 |
| **Итого** | **100** | **0,1** |  | **7** | **20** | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМГОРОШКОМ | 30 | 0,8 | 2,6 | 2,7 | 35 | 1,1 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ ИКАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ ИСМЕТАНОЙ | 160 | 2,8 | 3,3 | 4,3 | 87 | 6,2 |
| 2012 | 316 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 100 | 2,5 | 3,3 | 27 | 108 | 0 |
| 2012 | 274 | МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ ВСОУСЕ | 80 | 6,4 | 7,3 | 2,6 | 175 | 1 |
| 2012 | 375 | НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОД | 150 | 0,1 | 0,1 | 16,5 | 67 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,5 | 17,2 | 61 | 0 |
| **Итого** | **560** | **15,2** | **9,8** | **70,3** | **533** | **8,7** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 170 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 99 | 0,9 |
| к/к | к/к | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 50 | 3,6 | 5,7 | 37,9 | 213 | 0 |
| **Итого** | **220** | **8,4** | **10,9** | **45,7** | **312** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 160 | 7,1 | 8,2 | 11,3 | 165 | 8,4 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | 0,1 |  | 9,8 | 41 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **340** | **9,4** | **8,4** | **35,7** | **275** | **9,2** |
| **Всего** | **43,4** | **47,6** | **202,4** | **1405** | **19,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

