|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 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 | | 189 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 150 | | 3,6 | | 3,6 | | | 20,8 | 108 | 0,4 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| 2012 | | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 150 | | 2,3 | | 2,3 | | | 11,3 | 76 | 0,4 |
| **Итого** | | | | | | | **335** | | **8,1** | | **10,2** | | | **46,7** | **290** | **0,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | | 0,2 | | 0,1 | | | 7,1 | 32 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **100** | | **0,2** | | **0,1** | | | **7,1** | **32** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 62 | САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ | | | | 30 | | 0,4 | | 2,9 | | | 0,7 | 39 | 1,1 |
| 2008 | | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | | | | 150 | | 2,7 | | 7,5 | | | 7,2 | 124 | 5,2 |
| 2012 | | 317 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 110 | | 4,9 | | 3,6 | | | 30,7 | 134 | 0 |
| 2008 | | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | | | | 60/20 | | 8,2 | | 4,7 | | | 9,4 | 155 | 1,4 |
| 2008 | | К/К | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,5 | | | 17,2 | 80 | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 150 | |  | |  | | | 11,6 | 47 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **560** | | **89,8** | | **19,2** | | | **76,8** | **579** | **7,7** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 170 | | 4,8 | | 5,2 | | | 7,8 | 99 | 0,9 |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ ВЫСШ СОРТ | | | | 30 | | 2,2 | | 2,8 | | | 21,6 | 121 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **7** | | **8** | | | **29,4** | **220** | **0,9** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | | | | 160 | | 6,1 | | 9,5 | | | 13,8 | 161 | 19,1 |
| 2008 | | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ | | | | 20 | | 0,3 | | 0,6 | | | 1,1 | 13 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 150 | | 0,2 | |  | | | 10,1 | 42 | 0,7 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **360** | | **8,8** | | **10,3** | | | **39,6** | **285** | **19,8** |
| **Всего** | | | | | | | | | **42,9** | | **47,8** | | | **199,6** | **1406** | **29,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

