|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **3 декабря 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 130 | 6,7 | 5,3 | 5,2 | 123 | 0,5 |
| 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 | 2,7 | 2,8 | 17,9 | 89 | 0,1 |
| **Итого** | **315** | **11,7** | **12,4** | **37,8** | **318** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 5,1 | 26 | 0 |
| **Итого** | **100** | **0,5** | **0,1** | **5,1** | **26** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 30 | 0,4 | 1,2 | 2,9 | 14 | 3,1 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 150 | 2,9 | 4,5 | 14,1 | 79 | 9 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 4,2 | 4,5 | 17,4 | 110 | 15 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 80 | 6,2 | 7,1 | 2,9 | 127 | 0,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  | 17,5 | 80 | 0 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 150 | 0,1 | 0,1 | 14,1 | 51 | 1,3 |
| **Итого** | **550** | **13,8** | **17,4** | **68,9** | **461** | **28,7** |
| **Полдник** |
| 2012 | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 50 | 4,1 | 6,2 | 28,5 | 194 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,9 | 5,4 | 8,1 | 102 | 0,9 |
| **Итого** | **200** | **9** | **11,6** | **36,6** | **296** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2012 | 207 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ССЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 160 | 5,2 | 5,7 | 30,4 | 197 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | 0,1 |  | 10 | 41 | 0,6 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **340** | **7,5** | **5,9** | **55** | **307** | **0,6** |
| **Всего** | **42,5** | **47,4** | **203,4** | **1408** | **30,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.