|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **19 ноября 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 | 10,7 | 6,1 | 5,2 | 167 | 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 | 94 | 0,1 |
| **Итого** | **315** | **15,7** | **13,3** | **37,8** | **367** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 7,1 | 26 | 0 |
| **Итого** | **100** | **0,5** | **0,1** | **7,1** | **26** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 30 | 0,5 | 1 | 3,2 | 24 | 4,8 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 150 | 1,9 | 3,1 | 12 | 96 | 5 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 2,5 | 4,2 | 15,5 | 105 | 8 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 80 | 5,5 | 7,3 | 10 | 150 | 0,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 |  |  | 17,5 | 80 | 0 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 150 | 0,1 | 0,1 | 14,6 | 61 | 1,3 |
| **Итого** | **550** | **10,5** | **15,7** | **55,3** | **436** | **19,4** |
| **Полдник** |
| 2012 | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 50 | 3,9 | 6,2 | 28,5 | 193 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,8 | 5,2 | 7,8 | 89 | 0,9 |
| **Итого** | **200** | **8,7** | **11,4** | **36,3** | **282** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2012 | 207 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ССЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 160 | 4,3 | 6,4 | 24,4 | 175 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | 0,1 |  | 10 | 41 | 0,7 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **340** | **6,6** | **6,6** | **49** | **285** | **0,7** |
| **Всего** | **42** | **47,1** | **203** | **1406** | **21,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.