|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **29 января 2025 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 | | 4,8 | | 3,1 | | | 20 | 122 | 0,4 |
| 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 | | 2,4 | | 2,6 | | | 18,3 | 107 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **340** | | **9,5** | | **10** | | | **53** | **335** | **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 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | | | 30 | | 0,4 | | 0,1 | | | 1,4 | 8 | 5,6 |
| 2008 | | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ | | | | 150 | | 2,6 | | 4,2 | | | 10,1 | 104 | 4,3 |
| 2008 | | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | | | | 100 | | 6,9 | | 3,1 | | | 18,5 | 139 | 0 |
| 2008 | | 259 | ГУЛЯШ | | | | 80 | | 8,7 | | 10,6 | | | 5,6 | 114 | 1,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,5 | | | 17,2 | 80 | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | | | | 150 | | 0,1 | | 0,1 | | | 14,9 | 63 | 2 |
| **Итого** | | | | | | | **550** | | **21,3** | | **18,6** | | | **67,7** | **508** | **13,3** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | РЯЖЕНКА | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 150 | | 4,5 | | 4,9 | | | 7,2 | 92 | 0,8 |
| 2012 | | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | | | | 50 | | 3 | | 4,3 | | | 28,4 | 159 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **350** | | **7,5** | | **9,2** | | | **35,6** | **251** | **0,8** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | | | | 150 | | 3,1 | | 9,1 | | | 20,2 | 185 | 14,7 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 150/5 | | 0,1 | |  | | | 9,1 | 37 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,2 | | 0,2 | | | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **335** | | **5,4** | | **9,3** | | | **43,9** | **291** | **14,7** |
| **Всего** | | | | | | | | | **43,8** | | **47,2** | | | **206,1** | **1408** | **30,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра | | | | |  |  |  | Федорова Н.Н. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.