|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **16 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** |
| 2012 | 234 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | 130 | 7,5 | 8,2 | 14,6 | 167 | 0,2 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,6 | 2,1 | 5 | 41 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 160 | 2,1 | 2,3 | 22,7 | 90 | 0,1 |
| **Итого** | **355** | **12,4** | **16,9** | **56,9** | **404** | **0,4** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,5 | 0,2 | 5 | 19 | 0,6 |
| **Итого** | **100** | **0,5** | **0,2** | **5** | **19** | **0,6** |
| **Обед** |
| 2012 | 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 30 | 0,2 | 1,6 | 2,2 | 25 | 0,8 |
| 2012 | 63 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ | 150 | 2,9 | 3,2 | 5,3 | 90 | 4,5 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 100 | 1,9 | 3,3 | 10,7 | 101 | 7,9 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ СОВОЩАМИ | 80 | 4,9 | 4,4 | 2,1 | 84 | 1,2 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОДЗАМОРОЖЕННЫХ | 150 | 0,1 | 0,1 | 10,5 | 56 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,2 | 17,2 | 80 | 0 |
| **Итого** | **550** | **12,6** | **12,8** | **48** | **436** | **14,8** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 5,9 | 77 | 0,8 |
| 2008 | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 50 | 3,5 | 6,3 | 27,1 | 201 | 0 |
| **Итого** | **200** | **7,8** | **10** | **33** | **278** | **0,8** |
| **Ужин** |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 130 | 5,4 | 3,7 | 19,9 | 164 | 0 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ | 60 | 1 | 4,7 | 5 | 66 | 0,3 |
| 2008 | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,3 | 0,8 | 1,4 | 15 | 0 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗКОНЦЕНТРАТА | 170 |  |  | 24 | 86 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **430** | **8,9** | **9,4** | **64,9** | **400** | **0,3** |
| **Всего** | **42,2** | **49,0** | **203,8** | **1401** | **16,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.