|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **21 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 130 | 6,7 | 6,9 | 5,2 | 150 | 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 | 2,8 | 2,8 | 18,5 | 101 | 0,1 |
| **Итого** | **315** | **11,8** | **14,1** | **38,4** | **357** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 23 | 0 |
| **Итого** | **100** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **23** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 30 | 0,4 | 1,1 | 2,8 | 23 | 3,1 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 150 | 1,7 | 3,9 | 11,7 | 71 | 4,9 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 2,5 | 4,2 | 16,5 | 105 | 8 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 80 | 11,2 | 4,8 | 3 | 101 | 0,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,3 | 2,6 | 17,2 | 80 | 0 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 150 | 0,1 | 0,1 | 14,6 | 61 | 1,3 |
| **Итого** | **550** | **15,9** | **14,1** | **65,8** | **441** | **17,5** |
| **Полдник** |
| 2012 | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 50 | 4 | 7,2 | 28,4 | 193 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 3,4 | 4,9 | 7,1 | 91 | 0,8 |
| **Итого** | **200** | **7,4** | **12,1** | **35,5** | **284** | **0,8** |
| **Ужин** |
| 2012 | 207 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ССЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 160 | 4,5 | 6,5 | 28,3 | 191 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 | 0,1 |  | 10,1 | 42 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **340** | **6,8** | **6,7** | **53** | **302** | **0,8** |
| **Всего** | **42,4** | **47,2** | **202,8** | **1407** | **19,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.