|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **8 октября 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 | | | | 160 | | 5,5 | | 4,2 | | | 3,1 | 127 | 0,3 |
| 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 | | 2,9 | | 3 | | | 20 | 120 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **345** | | **10,7** | | **11,5** | | | **37,8** | **353** | **0,4** |
| **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 | |  | | | 1,2 | 7 | 4,6 |
| 2008 | | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ "КУДРЯВЫЙ" | | | | 150 | | 2,6 | | 4,5 | | | 4,8 | 73 | 0,3 |
| 2008 | | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | | | | 100 | | 7,1 | | 3,9 | | | 19 | 147 | 0 |
| 2008 | | 259 | ГУЛЯШ | | | | 80 | | 7,6 | | 7,7 | | | 15,6 | 214 | 1,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | |  | |  | | | 17,2 | 80 | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | | | | 150 | | 0,1 | | 0,1 | | | 14,7 | 63 | 1,9 |
| **Итого** | | | | | | | **550** | | **17,8** | | **16,2** | | | **72,5** | **604** | **8,2** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 150 | | 4,1 | | 5,6 | | | 8,3 | 106 | 1 |
| 2012 | | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | | | | 50 | | 4,2 | | 4,1 | | | 28,9 | 170 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **8,3** | | **9,7** | | | **37,2** | **276** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | | | | 150 | | 3,4 | | 9,9 | | | 19,8 | 144 | 32,4 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 150/5 | | 0,1 | |  | | | 8,9 | 36 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | | 2,8 | | 0,2 | | | 18,2 | 86 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **335** | | **6,3** | | **10,1** | | | **46,9** | **266** | **32,4** |
| **Всего** | | | | | | | | | **42,2** | | **47,6** | | | **200,6** | **1405** | **43** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра | | | | |  |  |  | Федорова Н.Н. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.