|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **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. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.