|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9 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 | 113 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ | 150 | 5,8 | 6,5 | 25,4 | 114 | 0,8 |
| 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 | 22,6 | 110 | 0,1 |
| **Итого** | **345** | **10,1** | **13,1** | **62,6** | **330** | **0,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **100** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 30 | 0,2 | 1,5 | 4,1 | 32 | 0,7 |
| 2012 | 63 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ | 150 | 2,4 | 3,1 | 9 | 74 | 2,9 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 100 |  | 3 |  | 97 | 0 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ СОВОЩАМИ | 80 | 9,1 | 4,4 | 2,1 | 85 | 1,2 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОДЗАМОРОЖЕННЫХ | 150 | 0,1 | 0,1 | 13,5 | 56 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,2 | 17,2 | 80 | 0 |
| **Итого** | **550** | **14,4** | **12,3** | **45,9** | **424** | **5,2** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 4,7 | 6,9 | 87 | 0,8 |
| 2008 | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 50 | 5,5 | 6,7 | 26,7 | 181 | 0 |
| **Итого** | **200** | **9,8** | **11,4** | **33,6** | **268** | **0,8** |
| **Ужин** |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 150 | 5,4 | 4,7 | 24,9 | 154 | 0 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ | 60 | 1,1 | 5,8 | 5,4 | 77 | 0,3 |
| 2008 | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,3 | 0,8 | 1,2 | 15 | 0 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗКОНЦЕНТРАТА | 170 |  |  | 24 | 96 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,4 | 0,2 | 15,8 | 75 | 0 |
| **Итого** | **430** | **9,2** | **11,5** | **71,3** | **417** | **0,3** |
| **Всего** | **43,5** | **48,3** | **203,4** | **1409** | **7,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.