|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **14 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 | 130 | 8,7 | 6,3 | 5,2 | 169 | 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 | 3,1 | 3,2 | 20 | 102 | 0,1 |
| **Итого** | **315** | **14,1** | **13,4** | **39,9** | **377** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 26 | 0 |
| **Итого** | **100** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **26** | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,4 | 29 | 1,1 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 150 | 0,7 | 4 | 4,9 | 54 | 0,4 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 100 | 0,6 | 3,8 | 10,9 | 81 | 0,1 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 80 | 9,4 | 5,2 | 12,9 | 115 | 0,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,6 | 17,2 | 80 | 0 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 150 | 0,1 | 0,1 | 14,9 | 63 | 1,4 |
| **Итого** | **550** | **13,8** | **15,6** | **63,2** | **422** | **3,2** |
| **Полдник** |
| 2012 | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 50 | 3,8 | 6,1 | 27,1 | 187 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,9 | 5,3 | 7,8 | 99 | 0,9 |
| **Итого** | **200** | **8,7** | **11,4** | **34,9** | **286** | **0,9** |
| **Ужин** |
| 2012 | 207 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ССЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 160 | 4,3 | 5,9 | 27,4 | 181 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150 |  |  | 9,8 | 40 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| **Итого** | **340** | **6,5** | **6,1** | **51,8** | **290** | **0,8** |
| **Всего** | **42,6** | **47** | **199,9** | **1401** | **5,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.