|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **16 февраля 2024 г.** | | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 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 | | 225 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | | | | 160 | | 27,5 | | 22,2 | | | 41,5 | 205 | 0,4 |
| 2008 | | 367 | СОУС ШОКОЛАДНЫЙ | | | | 30 | | 1,9 | | 2,8 | | | 8,8 | 67 | 0,1 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 3,3 | | 3,5 | | | 16,9 | 84 | 0,6 |
| **Итого** | | | | | | | **415** | | **35,7** | | **32,8** | | | **86,7** | **485** | **1,1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  | 46 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | |  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | | | 50 | | 0,8 | | 4,9 | | | 4,2 | 66 | 7,7 |
|  | |  | СВЕКОЛЬНИК | | | | 180 | | 1,9 | | 3,4 | | | 11,2 | 87 | 5,5 |
| 2008 | | 266 | ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ | | | | 200 | | 14,2 | | 34,2 | | | 38,5 | 299 | 1,2 |
| к/к | | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  | 101 | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | | | 180 | | 0,4 | | 0,1 | | | 25,4 | 105 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **660** | | **17,3** | | **42,6** | | | **79,3** | **658** | **14,4** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | | | | 50 | | 2,9 | | 2,3 | | | 36,9 | 180 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **8,5** | | **8,5** | | | **46** | **296** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 151 | КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | | | | 200 | | 3,4 | | 8,4 | | | 25,1 | 196 | 10,8 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | | 0,1 | |  | | | 9,9 | 40 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,7 | | 0,2 | | | 18,1 | 86 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **6,2** | | **8,6** | | | **53,1** | **322** | **10,8** |
| **Всего** | | | | | | | | | **67,7** | | **92,5** | | | **265,1** | **1807** | **27,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

