|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **8 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 | | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | | | | 180 | | 6,7 | | 9 | | | 25,1 | 160 | 0,6 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 180 | | 2,3 | | 2,5 | | | 25,6 | 115 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **405** | | **12** | | **15,8** | | | **70,2** | **404** | **0,7** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  | 46 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | | | 50 | | 0,7 | | 2,9 | | | 4,1 | 46 | 1,9 |
| 2012 | | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 180 | | 5,7 | | 10,9 | | | 12,9 | 173 | 6,7 |
| 2008 | | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | | | 130 | | 2,5 | | 4,5 | | | 20,4 | 133 | 10,3 |
| 2008 | | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | | | | 100 | | 0,5 | | 4,9 | | | 4,5 | 64 | 1,3 |
| 2012 | | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | | | | 180 | | 0,2 | | 0,1 | | | 16,3 | 69 | 18,9 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  | 96 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **690** | | **9,6** | | **23,3** | | | **58,2** | **581** | **39,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | | | | 50 | | 3,6 | | 6,3 | | | 34,6 | 207 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,2** | | **12,5** | | | **43,7** | **323** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | | | | 200 | | 3,7 | | 10,2 | | | 37,6 | 258 | 1,1 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | | | | 180 | |  | |  | | | 24 | 96 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,9 | | 0,2 | | | 18,8 | 89 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **6,6** | | **10,4** | | | **80,4** | **443** | **1,1** |
| **Всего** | | | | | | | | | **37,4** | | **62** | | | **252,5** | **1797** | **41,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

