|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 180 | | 5 | | 7 | | | 23,1 | 175 | 0,5 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 2,8 | | 2,8 | | | 16,2 | 102 | 0,5 |
| **Итого** | | | | | | | **405** | | **10,8** | | **14,1** | | | **58,8** | **406** | **1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | | 0,5 | | 0,1 | | | 10,1 | 46 | 3,4 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | | **0,5** | | **0,1** | | | **10,1** | **46** | **3,4** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | | | | 180 | | 4,1 | | 10,8 | | | 8,6 | 153 | 7,7 |
| 2008 | | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 130 | | 6,2 | | 6 | | | 28,2 | 192 | 0 |
| 2012 | | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | | | | 70 | | 11,6 | | 11,4 | | | 6,7 | 176 | 0,7 |
| 2012 | | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | | | | 30 | | 0,5 | | 3,6 | | | 2,5 | 45 | 0,8 |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ | | | | 180 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **640** | | **22,4** | | **31,8** | | | **60,6** | **624** | **9,2** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ЙОГУРТ | | | | 200 | | 7,7 | | 6,9 | | | 12,5 | 116 | 1,9 |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ | | | | 50 | | 3,7 | | 4,8 | | | 36,1 | 202 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **11,4** | | **11,7** | | | **48,6** | **318** | **1,9** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | | | | 180 | | 2,4 | | 5,5 | | | 18,9 | 176 | 8,8 |
| 2008 | | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | 180 | | 0,6 | | 0,3 | | | 25,6 | 119 | 74,3 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,2 | | | 17,6 | 83 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **400** | | **5,6** | | **6** | | | **62,1** | **378** | **83,1** |
| **Всего** | | | | | | | | | **50,7** | | **63,7** | | | **240,2** | **1772** | **98,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

