|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **13 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 | | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 175 | | 14,4 | | 19,4 | | | 4,3 | 151 | 0,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| к/к | | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 180 | | 3 | | 3,3 | | | 24,2 | 139 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **400** | | **20,4** | | **27** | | | **48** | **419** | **0,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | | 0,5 | | 0,1 | | | 10,1 | 46 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | | **0,5** | | **0,1** | | | **10,1** | **46** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | | | | 50 | | 0,7 | | 1,7 | | | 5,1 | 40 | 5,9 |
| 2012 | | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | | | | 180 | | 2,3 | | 5,2 | | | 15,1 | 120 | 6 |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 130 | | 2,9 | | 5 | | | 19,6 | 135 | 9,6 |
| 2012 | | 251 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | | | | 100 | | 0,9 | | 9,6 | | | 4 | 112 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  | 96 | 0 |
| 2008 | | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 180 | | 0,1 | | 0,1 | | | 18,6 | 77 | 1,5 |
| **Итого** | | | | | | | **690** | | **6,9** | | **21,6** | | | **62,4** | **570** | **23** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | | | | 50 | | 4,3 | | 7,2 | | | 31,1 | 205 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,9** | | **13,4** | | | **40,2** | **321** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 211 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | | | | 200 | | 5,3 | | 6,6 | | | 34,2 | 238 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | | 0,3 | |  | | | 13,2 | 74 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **8,6** | | **6,8** | | | **66,9** | **404** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | | **46,3** | | **68,9** | | | **227,6** | **1760** | **24,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

