|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **29 марта 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 | 112 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ | 180 | 6,2 | 5,1 | 20,2 | 146 | 0,5 |
| 2008 | 122 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,6 | 2,8 | 15,9 | 100 | 0,5 |
| **Итого** | **405** | **12,2** | **12,2** | **55,6** | **375** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2012 | 532 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,5 | 0 | 12,7 | 55 | 4 |
| **Итого** | **150** | **0,5** | **0** | **12,7** | **55** | **4** |
| **Обед** |
| 2012 | 3 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙКАПУСТЫ | 50 | 0,8 | 4,2 | 4,1 | 65 | 7,4 |
| 2012 | 145 | СВЕКОЛЬНИК | 180 | 1,8 | 2,9 | 10,8 | 90 | 5,2 |
| 2008 | 266 | ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ | 200 | 18,4 | 24,4 | 35,1 | 324 | 1,3 |
| 2012 | 124 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,5 | 0,1 | 25,9 | 107 | 0 |
| **Итого** | **660** | **24,8** | **31,6** | **97,4** | **687** | **13,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 50 | 4,2 | 3,4 | 26,6 | 173 | 0,1 |
| **Итого** | **250** | **9,8** | **9,6** | **35,7** | **289** | **1,1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 349 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 200 | 3,8 | 7,6 | 19,7 | 196 | 20,1 |
| 2012 | 505 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | 0 | 10 | 56 | 0 |
| 2008 | 122 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2012 | 126 | ПЛОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,4 | 0,4 | 10,4 | 45 | 10 |
| **Итого** | **420** | **7,3** | **7,8** | **59,6** | **344** | **30,1** |
| **Всего** | **54,2** | **61,2** | **261** | **1795** | **50,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

