|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **6 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 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 160 | 19,5 | 13,9 | 20,3 | 209 | 0,2 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 1,2 | 2,3 | 4,9 | 44 | 0,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 180 | 2,6 | 2,9 | 22,2 | 125 | 0,1 |
| **Итого** | **415** | **26,3** | **23,5** | **66,9** | **508** | **0,5** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  | 46 | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  | 46 | **0** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | 0,3 |  | 0,9 | 5 | 3,6 |
| 2012 | 85/120 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 180 | 5,4 | 7,2 | 21,5 | 122 | 3,1 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 130 | 13,3 | 4,7 | 27,8 | 176 | 0 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ | 100 | 11,4 | 29,5 | 4,4 | 210 | 1,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  | 101 | 0 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 | 0,1 | 20,1 | 84 | 2,4 |
| **Итого** | **690** | **30,6** | **41,5** | **74,7** | **698** | **10,6** |
| **Полдник** |
|  |  | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ | 200 | 4,8 | 4,3 | 7,7 | 97 | 0,5 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 3,9 | 4,2 | 28,4 | 149 | 0 |
| **Итого** | **250** | **8,7** | **8,5** | **36,1** | **246** | **0,5** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 200 | 3,6 | 13,2 | 21,9 | 183 | 18,6 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 |  | 11,7 | 48 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,9 | 0,2 | 19,1 | 90 | 0 |
| **Итого** | **420** | **6,6** | **13,4** | **52,7** | **321** | **19,4** |
| **Всего** | **72,2** | **86,9** | **230,4** | **1819** | **31** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

