|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 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 КЛЕЦКАМИ И 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

