|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **15 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 МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | | | | 180 | | 4,6 | | 5 | | | 20 | 144 | 0,5 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 2,6 | | 2,7 | | | 15,9 | 99 | 0,5 |
| **Итого** | | | | | | | **405** | | **10,2** | | **12** | | | **55,4** | **372** | **1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  | 46 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  | 46 | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | |  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | | | | 50 | | 0,8 | | 4,9 | | | 4,1 | 65 | 7,4 |
|  | |  | СВЕКОЛЬНИК | | | | 180 | | 1,8 | | 3 | | | 10,8 | 81 | 5,2 |
| 2008 | | 266 | ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ | | | | 200 | | 14,4 | | 34,3 | | | 39,4 | 624 | 1,3 |
| к/к | | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  | 101 | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | | | 180 | | 0,5 | | 0,1 | | | 25,2 | 104 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **660** | | **17,5** | | **42,3** | | | **79,5** | **675** | **13,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 6,1 | | 6,8 | | | 9,9 | 127 | 1,1 |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | | | | 50 | | 3,5 | | 2,8 | | | 44,3 | 206 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,6** | | **9,6** | | | **54,2** | **333** | **1,1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 349 | РАГУ ОВОЩНОЕ | | | | 200 | | 3,7 | | 7,5 | | | 19,3 | 221 | 20 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | | 0,1 | |  | | | 9,9 | 60 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,2 | | | 17,4 | 82 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **6,4** | | **7,7** | | | **46,6** | **363** | **20** |
| **Всего** | | | | | | | | | **43,7** | | **71,6** | | | **235,7** | **1789** | **36** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

