|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 июня 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 | | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 180 | | 2,8 | | 4,1 | | | 12,4 | 113 | 0,5 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2012 | | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 3,8 | | 3,9 | | | 14,6 | 90 | 0,6 |
| **Итого** | | | | | | | **405** | | **9,6** | | **12,3** | | | **46,5** | **332** | **1,1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | | 0,4 | | 0,1 | | | 7,6 | 33 | 1,5 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | | **0,4** | | **0,1** | | | **7,6** | **33** | **1,5** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | | | | 50 | | 0,4 | | 5,1 | | | 1,1 | 23 | 4,6 |
| 2012 | | 84 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 180 | | 2,6 | | 2,6 | | | 13,1 | 87 | 6,8 |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 150 | | 5,4 | | 4,5 | | | 34,7 | 201 | 0 |
| 2008 | | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | | | | 80 | | 11,3 | | 7,3 | | | 3,2 | 176 | 12,3 |
| 2008 | | 401 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | | | 180 | | 0,8 | |  | | | 25 | 104 | 0,2 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | | 3,3 | | 0,6 | | | 21,5 | 101 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **690** | | **23,8** | | **20,1** | | | **98,6** | **692** | **23,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ | | | | 40 | | 2,4 | | 1,9 | | | 40 | 146 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **240** | | **8** | | **8,1** | | | **49,1** | **262** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | | | 150 | | 3,4 | | 5,7 | | | 15,6 | 117 | 30,4 |
| 2008 | | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | | | | 70 | | 6,8 | | 15,6 | | | 0,8 | 213 | 0,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,8 | | 0,2 | | | 18,2 | 86 | 0 |
| 2008 | | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | | | | 180 | | 0,1 | |  | | | 17,4 | 71 | 1,5 |
| **Итого** | | | | | | | **440** | | **13,1** | | **21,5** | | | **52** | **547** | **32,3** |
| **Всего** | | | | | | | | | **54,9** | | **62,1** | | | **253,8** | **1806** | **59,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

