|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **21 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 | | 112 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | | | | 180 | | 4,6 | | 5,1 | | | 20,3 | 147 | 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 | | 2,8 | | | 15,9 | 100 | 0,5 |
| **Итого** | | | | | | | **405** | | **10,2** | | **12,2** | | | **55,7** | **376** | **1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | | 3 | | 0,1 | | | 9 | 33 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | | **3** | | **0,1** | | | **9** | **33** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | СВЕКОЛЬНИК | | | | 180 | | 1,8 | | 2,9 | | | 10,7 | 79 | 5,1 |
| 2008 | | 266 | ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ | | | | 200 | | 14,3 | | 25,4 | | | 39 | 523 | 1,2 |
| к/к | | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | | 3,3 | | 0,6 | | | 21,5 | 101 | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | | | 180 | | 0,4 | | 0,1 | | | 25,5 | 106 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **610** | | **19,8** | | **29** | | | **96,7** | **809** | **6,3** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,8 | | 6,4 | | | 9,4 | 120 | 1,1 |
| 2012 | | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | | | | 50 | | 5,1 | | 3,4 | | | 26,6 | 153 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **10,9** | | **9,8** | | | **36** | **273** | **1,2** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 349 | РАГУ ОВОЩНОЕ | | | | 200 | | 4,6 | | 8,6 | | | 29,2 | 170 | 19,9 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | | 0,1 | |  | | | 10,4 | 42 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3,1 | | 0,3 | | | 20,2 | 95 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **7,8** | | **8,9** | | | **59,8** | **307** | **19,9** |
| **Всего** | | | | | | | | | **51,7** | | **60** | | | **257,2** | **1798** | **28,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

