|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **19 июля 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 | | 4,7 | | 5,2 | | | 24,4 | 148 | 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 | | 2,7 | | 2,9 | | | 16,1 | 102 | 0,5 |
| **Итого** | | | | | | | **405** | | **10,4** | | **12,4** | | | **60** | **379** | **1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | | 0,5 | | 0,1 | | | 10,1 | 46 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | | **0,5** | | **0,1** | | | **10,1** | **46** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | | | 50 | | 0,5 | | 0,1 | | | 1,4 | 8 | 5,8 |
|  | |  | СВЕКОЛЬНИК | | | | 180 | | 1,8 | | 2,4 | | | 10,7 | 74 | 5,2 |
| 2008 | | 266 | ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ | | | | 200 | | 14,3 | | 27,2 | | | 39,1 | 421 | 1,3 |
| к/к | | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | | 3,3 | | 0,6 | | | 21,5 | 101 | 0 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | | | | 180 | | 0,5 | | 0,1 | | | 25,6 | 106 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **660** | | **20,4** | | **30,4** | | | **98,3** | **710** | **12,3** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | | | | 50 | | 4,3 | | 3,4 | | | 26,7 | 154 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,9** | | **9,6** | | | **35,8** | **270** | **1,1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 349 | РАГУ ОВОЩНОЕ | | | | 200 | | 6,9 | | 7,6 | | | 19,9 | 234 | 21,3 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 180 | | 0,1 | |  | | | 10 | 70 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,8 | | 0,2 | | | 18,6 | 88 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **9,8** | | **7,8** | | | **48,5** | **392** | **21,3** |
| **Всего** | | | | | | | | | **51** | | **60,3** | | | **252,7** | **1797** | **35,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

