|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 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 МАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ | 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

