|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **24 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 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"ЖИДКАЯ | 180 | 4,5 | 8,4 | 22,4 | 167 | 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 | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 180 | 2,7 | 2,9 | 22 | 105 | 0,1 |
| **Итого** | **405** | **10,2** | **15,6** | **63,9** | **401** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,5 | 0,1 | 6 | 36 | 0 |
| **Итого** | **150** | **0,5** | **0,1** | **6** | **36** | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 85/120 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 180 | 5,3 | 7,1 | 21 | 118 | 3,1 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 130 | 10,2 | 4,3 | 27,5 | 203 | 0 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ | 100 | 11,5 | 14,6 | 4,4 | 201 | 1,7 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | 180 | 0,3 | 0,2 | 21,6 | 90 | 2,8 |
| **Итого** | **640** | **30,6** | **26,8** | **96** | **713** | **7,6** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4 | 4,5 | 28,5 | 170 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,6** | **10,7** | **37,6** | **286** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 200 | 3,5 | 7,7 | 21,7 | 226 | 18 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 11,9 | 49 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,3 | 20,2 | 95 | 0 |
| **Итого** | **420** | **6,8** | **8** | **53,8** | **370** | **18,8** |
| **Всего** | **57,7** | **61,2** | **257,3** | **1806** | **28** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

