|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **10 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 | 3,5 | 6,5 | 22,5 | 159 | 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** | **9,2** | **13,7** | **64** | **393** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,3 | 0,1 | 8 | 34 | 0 |
| **Итого** | **150** | **0,3** | **0,1** | **8** | **34** | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 85/120 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 180 | 4,4 | 5,1 | 21,9 | 132 | 3,2 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 130 | 10,3 | 4,4 | 27,7 | 204 | 0 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ | 100 | 10,5 | 15,5 | 4,7 | 211 | 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 | 80 | 2,8 |
| **Итого** | **640** | **28,8** | **25,8** | **97,4** | **728** | **7,7** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4 | 4,2 | 28,5 | 158 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,6** | **10,4** | **37,6** | **274** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 200 | 3,7 | 10,4 | 22,3 | 226 | 19,6 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 12 | 50 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,1 | 0,3 | 20,2 | 95 | 0 |
| **Итого** | **420** | **7** | **10,7** | **54,5** | **371** | **20,4** |
| **Всего** | **54,9** | **60,7** | **261,5** | **1800** | **29,7** |

