|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **23 сентября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 5 | 6,9 | 23,1 | 175 | 0,5 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,4 | 0,2 | 16,2 | 77 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,7 | 2,8 | 16,1 | 101 | 0,5 |
| **Итого** | **405** | **10,1** | **14,1** | **55,4** | **391** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 3,4 |
| **Итого** | **150** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **46** | **3,4** |
| **Обед** |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СБОБОВЫМИ | 180 | 5,9 | 4,9 | 19,2 | 146 | 4,8 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 6,3 | 8,8 | 20,5 | 192 | 0 |
| 2012 | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 70 | 11,6 | 11,3 | 8 | 180 | 0,6 |
| 2012 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 30 | 0,5 | 3,4 | 2,8 | 44 | 1 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ | 180 |  |  | 14,1 | 56 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,6 | 40 | 0 |
| 2012 | 115 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | 20 | 2,9 | 0,2 | 18,9 | 89 | 0 |
| **Итого** | **630** | **28,5** | **28,8** | **92,1** | **747** | **6,4** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | 50 | 2,9 | 2,3 | 36,4 | 178 | 0 |
| **Итого** | **250** | **8,5** | **8,5** | **45,5** | **294** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 180 | 3,5 | 8 | 18,9 | 141 | 9,9 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,6 | 0,3 | 25,9 | 119 | 72 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2 | 0,4 | 12,9 | 61 | 0 |
| **Итого** | **390** | **6,1** | **8,7** | **57,7** | **321** | **81,9** |
| **Всего** | **53,7** | **60,2** | **260,8** | **1799** | **93,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

