|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **24 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 130 | 8,4 | 10,7 | 3 | 160 | 0,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 200 | 3,3 | 3,5 | 23,8 | 121 | 0,2 |
| **Итого** | **375** | **14,7** | **18,6** | **46,3** | **411** | **0,5** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 36 | 0 |
| **Итого** | **150** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **36** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | 50 | 0,8 | 2 | 4,7 | 41 | 6,2 |
| 2012 | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 180 | 2,2 | 5 | 14,7 | 115 | 6 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,9 | 5,3 | 19,7 | 137 | 9,6 |
| 2012 | 251 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 100 | 10,6 | 10,4 | 3,5 | 167 | 0,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫБЕЗ КОСТОЧКИ (курага) | 180 | 0,7 |  | 27,3 | 113 | 0,2 |
| **Итого** | **690** | **20,5** | **23,3** | **91,4** | **574** | **22,3** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 50 | 4 | 7,3 | 32,5 | 200 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,6** | **13,5** | **41,6** | **316** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 211 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ССЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 5,4 | 6 | 34,6 | 213 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 |  | 13 | 53 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,2 | 0,3 | 20,8 | 98 | 0 |
| **Итого** | **420** | **8,8** | **6,3** | **68,4** | **364** | **0** |
| **Всего** | **54,1** | **61,2** | **257,8** | **1801** | **23,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

