|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 3,4 | 3,4 | 25,7 | 164 | 0,5 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 3 | 2,9 | 15,7 | 82 | 0,5 |
| **Итого** | **405** | **9,4** | **10,7** | **60,9** | **376** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 6,7 | 42 | 3,4 |
| **Итого** | **150** | **0,8** | **0,2** | **6,7** | **42** | **3,4** |
| **Обед** |
| 2008 | 62 | САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗМОРСКОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,6 | 5 | 0,9 | 31 | 1,6 |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ ИСМЕТАНОЙ | 180 | 3,4 | 7,9 | 9,2 | 118 | 7,2 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 130 | 5,8 | 5 | 37,1 | 176 | 0 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ВТОМАТНОМ СОУСЕ | 70/30 | 7,8 | 10,3 | 8,2 | 189 | 1,7 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| **Итого** | **690** | **20,9** | **28,8** | **91,5** | **673** | **10,5** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ ВЫСШ СОРТ | 50 | 3,6 | 4,7 | 35,7 | 200 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,2** | **10,9** | **44,8** | **316** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 10,5 | 7 | 15,8 | 217 | 24,3 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,5 | 1,2 | 1,9 | 24 | 0 |
| 2012 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 15,5 | 64 | 0,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| **Итого** | **450** | **14,2** | **8,4** | **52,7** | **397** | **24,8** |
| **Всего** | **54,5** | **62** | **256,6** | **1804** | **40,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

