|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **8 октября 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 | | 10 | | 6,4 | | | 5,6 | 193 | 0,6 |
| 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 | | | | 200 | | 3,3 | | 3,5 | | | 22,7 | 117 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **375** | | **16,3** | | **14,2** | | | **47,8** | **439** | **0,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | | 0,5 | | 0,1 | | | 10,1 | 46 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | | **0,5** | | **0,1** | | | **10,1** | **46** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ | | | | 50 | | 0,7 | | 2,1 | | | 4,6 | 40 | 5,3 |
| 2012 | | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | | | | 180 | | 2,1 | | 5,5 | | | 13,1 | 117 | 5,5 |
| 2012 | | 315 | РИС ОТВАРНОЙ | | | | 130 | | 3,3 | | 4,4 | | | 34,4 | 140 | 0 |
| 2012 | | 251 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | | | | 100 | | 10,7 | | 14,8 | | | 4,2 | 169 | 0,3 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | | 3,3 | | 0,6 | | | 21,5 | 101 | 0 |
| 2008 | | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 180 | | 0,1 | | 0,1 | | | 18,6 | 77 | 1,5 |
| **Итого** | | | | | | | **690** | | **20,2** | | **27,5** | | | **96,4** | **644** | **12,6** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | | | | 50 | | 3,9 | | 7,1 | | | 28,7 | 194 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,5** | | **13,3** | | | **37,8** | **310** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 211 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | | | | 200 | | 5,3 | | 6,6 | | | 34,2 | 218 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 180 | | 0,3 | |  | | | 15,2 | 62 | 1 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,8 | | 0,2 | | | 18,5 | 87 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **8,4** | | **6,8** | | | **67,9** | **367** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | | **54,9** | | **61,9** | | | **260** | **1806** | **15,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра | | | | |  |  |  | Федорова Н.Н. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.