|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **13 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 | 112 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ | 180 | 9,6 | 5,1 | 19,9 | 144 | 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 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,6 | 2,8 | 15,9 | 100 | 0,5 |
| **Итого** | **405** | **15,2** | **12,2** | **55,3** | **373** | **1** |
| **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 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | 0,4 |  | 1,1 | 6 | 4,4 |
|  |  | СВЕКОЛЬНИК | 180 | 1,8 | 2,9 | 10,8 | 80 | 5,2 |
| 2008 | 266 | ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ | 200 | 14,6 | 27,5 | 41,2 | 434 | 1,3 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  | 21,5 | 101 | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,4 | 0,1 | 24,7 | 102 | 0 |
| **Итого** | **660** | **17,2** | **30,5** | **99,3** | **723** | **10,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 | 1,1 |
| 2012 | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 50 | 4,3 | 3,4 | 26,6 | 153 | 0,1 |
| **Итого** | **250** | **10,1** | **9,8** | **36** | **273** | **1,2** |
| **Ужин** |
| 2008 | 349 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 200 | 8,8 | 7,5 | 29,5 | 262 | 20,6 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 10,2 | 41 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,7 | 0,2 | 18 | 85 | 0 |
| **Итого** | **420** | **11,6** | **7,7** | **57,7** | **388** | **20,6** |
| **Всего** | **54,6** | **60,3** | **258,4** | **1803** | **33,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

