|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 ноября 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 | | | | 175 | | 10,1 | | 9,3 | | | 2,5 | 208 | 0,2 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,2 | | |  | 38 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 2,7 | | 2,8 | | | 19 | 112 | 0,5 |
| **Итого** | | | | | | | **400** | | **15,8** | | **16,5** | | | **41** | **450** | **0,7** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | | 0,5 | | 0,1 | | | 10,1 | 32 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | | **0,5** | | **0,1** | | | **10,1** | **32** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | | | 50 | | 0,7 | | 2,9 | | | 4,1 | 36 | 1,9 |
| 2008 | | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | | | | 180 | | 1,6 | | 5 | | | 7 | 85 | 9,5 |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 130 | | 2,9 | | 5,4 | | | 19,6 | 118 | 9,4 |
| 2008 | | 316 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | | | | 100 | | 2,5 | | 10,2 | | | 11,2 | 125 | 0,7 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | | 3,3 | | 0,6 | | | 21,5 | 101 | 0 |
| 2008 | | 401 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | | | 180 | | 0,8 | |  | | | 22 | 92 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **690** | | **11,8** | | **24,1** | | | **85,4** | **557** | **21,7** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 5,2 | | | 8,1 | 116 | 1 |
| к/к | | к/к | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | | | | 50 | | 3,4 | | 2,1 | | | 30,5 | 170 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9** | | **7,3** | | | **38,6** | **286** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 150 | | 7 | | 5,9 | | | 31,5 | 172 | 0 |
| 2012 | | 265 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ | | | | 70 | | 6,8 | | 4,4 | | | 7,3 | 84 | 0,3 |
| 2008 | | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | 30 | | 0,2 | | 1,5 | | | 2,2 | 24 | 0,7 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | 180 | | 0,6 | | 0,2 | | | 25,7 | 108 | 70,5 |
| **Итого** | | | | | | | **470** | | **17,6** | | **12,2** | | | **86,2** | **480** | **71,5** |
| **Всего** | | | | | | | | | **54,7** | | **60,2** | | | **261,3** | **1805** | **94,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра | | | | |  |  |  | Федорова Н.Н. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.