|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **28 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** |
| 2012 | 234 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | 150 | 11,9 | 10 | 21,9 | 176 | 0,2 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,6 | 2,1 | 5 | 32 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 180 | 2,4 | 2,6 | 26 | 117 | 0,1 |
| **Итого** | **405** | **17,9** | **19** | **72,4** | **454** | **0,4** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,4 | 0,1 | 7,6 | 33 | 1,5 |
| **Итого** | **150** | **0,4** | **0,1** | **7,6** | **33** | **1,5** |
| **Обед** |
| 2012 | 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 50 | 0,5 | 2,5 | 3,7 | 40 | 1,4 |
| 2012 | 63 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ | 180 | 3 | 3,8 | 13,2 | 80 | 5 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 130 | 2,5 | 4,6 | 20,4 | 133 | 10,3 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ СОВОЩАМИ | 100 | 9,6 | 6,4 | 4,4 | 121 | 1,5 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОДЗАМОРОЖЕННЫХ | 180 | 0,1 | 0,1 | 17,5 | 71 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| **Итого** | **690** | **19** | **18** | **80,7** | **546** | **18,6** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 50 | 3,2 | 6,2 | 23,1 | 202 | 0 |
| **Итого** | **250** | **8,8** | **12,4** | **32,2** | **318** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 150 | 4,4 | 4,7 | 25 | 184 | 0 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ | 70 | 1,1 | 5,4 | 5,4 | 83 | 0,4 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,4 | 1,1 | 1,9 | 22 | 0 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗКОНЦЕНТРАТА | 180 |  |  | 20,4 | 92 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,4 | 0,2 | 15,8 | 75 | 0 |
| **Итого** | **470** | **8,3** | **11,4** | **68,5** | **456** | **0,4** |
| **Всего** | **54,4** | **60,9** | **261,4** | **1807** | **21,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.