|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **13 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 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"ЖИДКАЯ | 180 | 3,6 | 6,4 | 22,7 | 189 | 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 | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 180 | 2,6 | 2,8 | 21,5 | 122 | 0,1 |
| **Итого** | **405** | **9,2** | **13,5** | **63,7** | **440** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,5 | 0,1 | 7,5 | 33 | 2 |
| **Итого** | **150** | **0,5** | **0,1** | **7,5** | **33** | **2** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | 0,3 |  | 1,1 | 6 | 4,2 |
| 2012 | 85/120 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИИ ГОВЯДИНОЙ | 180 | 4,3 | 7 | 21,6 | 122 | 3,1 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 130 | 10,2 | 4,3 | 27,8 | 204 | 0 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ | 100 | 10,3 | 16,2 | 4,4 | 204 | 1,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК СЛИМОНОМ | 180 | 0,3 | 0,2 | 20 | 84 | 2,7 |
| **Итого** | **690** | **28,6** | **28,3** | **96,4** | **721** | **11,5** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 200 | 5,7 | 6,3 | 9,3 | 119 | 1 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 3 | 4,2 | 28,4 | 168 | 0 |
| **Итого** | **250** | **8,7** | **10,5** | **37,7** | **287** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 200 | 3,9 | 8,1 | 25 | 227 | 21,7 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 |  | 10 | 41 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,9 | 0,2 | 19 | 90 | 0 |
| **Итого** | **420** | **7** | **8,3** | **54** | **358** | **21,7** |
| **Всего** | **54** | **60,7** | **259,3** | **1806** | **34,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.