|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **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 КЛЕЦКАМИ И 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 С ЛИМОНОМ | | | | 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. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.