|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 января 2025 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 | 12,6 | 10,4 | 20,2 | 183 | 0,2 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,6 | 2,1 | 5 | 42 | 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 | 2,3 | 2,5 | 21,7 | 105 | 0,1 |
| **Итого** | **405** | **18,5** | **19,3** | **66,4** | **459** | **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 | 2,4 | 3,8 | 30 | 1,4 |
| 2012 | 63 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ | 180 | 3 | 3,7 | 13,1 | 88 | 4,9 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 130 | 2,6 | 4 | 19,2 | 132 | 10,7 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ СОВОЩАМИ | 100 | 7,4 | 5,3 | 4,3 | 102 | 1,4 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОДЗАМОРОЖЕННЫХ | 180 | 0,1 | 0,1 | 18 | 73 | 0,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| **Итого** | **690** | **16,9** | **16,1** | **79,9** | **526** | **18,9** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 50 | 3,4 | 5,2 | 23,1 | 183 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9** | **11,4** | **32,2** | **299** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 150 | 5,7 | 4,8 | 27 | 204 | 0 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ | 70 | 1,3 | 7 | 5,8 | 81 | 0,4 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,5 | 1,3 | 1,9 | 24 | 0 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗКОНЦЕНТРАТА | 180 |  |  | 24 | 96 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,2 | 17,1 | 81 | 0 |
| **Итого** | **470** | **10,1** | **13,3** | **75,8** | **486** | **0,4** |
| **Всего** | **54,9** | **60,2** | **261,9** | **1803** | **22,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.