|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **3 июля 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 | | 9,6 | | 18,4 | | | 20,2 | 209 | 0,3 |
| 2008 | | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | | | | 30 | | 0,6 | | 2,1 | | | 5 | 41 | 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 МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 180 | | 2,4 | | 2,6 | | | 26,2 | 128 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **405** | | **15,6** | | **27,4** | | | **70,9** | **507** | **0,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | | 0,3 | | 0,1 | | | 8 | 30 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | | **0,3** | | **0,1** | | | **8** | **30** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | | | | 50 | | 0,5 | | 2,4 | | | 6,6 | 51 | 1,4 |
| 2012 | | 63 | БОРЩ СФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ | | | | 180 | | 3 | | 3,6 | | | 13,3 | 98 | 5,1 |
| 2008 | | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | | | 130 | | 2,5 | | 4,5 | | | 20,8 | 134 | 10,5 |
| 2008 | | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | | | | 100 | | 11,5 | | 5,1 | | | 4,4 | 110 | 1,5 |
| 2012 | | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ | | | | 180 | | 0,1 | | 0,1 | | | 17,2 | 70 | 0,4 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | | 3,3 | | 0,6 | | | 21,5 | 101 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **690** | | **20,9** | | **16,3** | | | **83,8** | **564** | **18,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | 20 | | 1,5 | | 2 | | | 14,9 | 83 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **220** | | **7,1** | | **8,2** | | | **24** | **199** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 150 | | 5,7 | | 3,3 | | | 30,5 | 199 | 0 |
| 2008 | | 314 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ | | | | 70 | | 1,4 | | 6,3 | | | 6,2 | 87 | 0,5 |
| 2012 | | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | | | | 30 | | 0,5 | | 1,1 | | | 2,1 | 24 | 0 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | | | | 180 | |  | |  | | | 24,2 | 107 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,8 | | 0,2 | | | 18,3 | 86 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **470** | | **10,4** | | **10,9** | | | **81,3** | **503** | **0,5** |
| **Всего** | | | | | | | | | **54** | | **62,8** | | | **260** | **1803** | **20,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра | | | | |  |  |  | Федорова Н.Н. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.