|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 октября 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** |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 4,2 | 5,7 | 25,6 | 141 | 0,5 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 5,5 | 4,1 | 36,3 | 103 | 0,7 |
| **Итого** | **405** | **12,7** | **14,2** | **81,4** | **374** | **1,2** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,8 | 0,2 | 6,7 | 32 | 3,4 |
| **Итого** | **150** | **0,8** | **0,2** | **6,7** | **32** | **3,4** |
| **Обед** |
| 2008 | 62 | САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗМОРСКОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,6 | 4,9 | 1 | 50 | 1,6 |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ ИСМЕТАНОЙ | 180 | 3,6 | 4,7 | 2,6 | 97 | 3,3 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 130 | 5,3 | 3,4 | 34,2 | 169 | 0 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ВТОМАТНОМ СОУСЕ | 70/30 | 7,8 | 8,3 | 9,2 | 232 | 1,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 14,3 | 57 | 0 |
| **Итого** | **690** | **20,6** | **21,9** | **82,8** | **706** | **6,4** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ ВЫСШ СОРТ | 50 | 3,4 | 4,5 | 32,7 | 189 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9** | **10,7** | **41,8** | **305** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 8,2 | 12,2 | 12,4 | 216 | 30 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,3 | 0,8 | 1,8 | 19 | 0 |
| 2012 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 15,1 | 62 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| **Итого** | **450** | **11,7** | **13,2** | **48,8** | **389** | **30,8** |
| **Всего** | **54,8** | **60,2** | **261,5** | **1806** | **42,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.