|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **8 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 160 | 11,1 | 13,8 | 12,4 | 159 | 0,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 180 | 2,6 | 2,8 | 31,3 | 121 | 0,1 |
| **Итого** | **385** | **16,7** | **21** | **63,2** | **410** | **0,3** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,3 |  | 7,5 | 28 | 0 |
| **Итого** | **150** | **0,3** |  | **7,5** | **28** | **0** |
| **Обед** |
| 2008 |  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 50 | 0,3 |  | 1,1 | 6 | 4,4 |
| 2012 | 85/120 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ"КУДРЯВЫЙ" | 180 | 2,7 | 3,8 | 5,5 | 68 | 0,4 |
| 2008 | 352 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 130 | 9,3 | 4,5 | 27,8 | 205 | 0 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ | 100 | 12,3 | 10 | 24,1 | 336 | 1,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 2,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 | 0,1 | 16,1 | 68 | 1,8 |
| **Итого** | **690** | **24,7** | **21** | **96,1** | **784** | **7,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4 | 2,2 | 28,5 | 151 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,6** | **8,4** | **37,6** | **267** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 142 | ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ | 200 | 2,4 | 9,8 | 27,5 | 180 | 22,5 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 |  | 9,8 | 40 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| **Итого** | **420** | **5,5** | **10** | **56,8** | **312** | **22,5** |
| **Всего** | **56,8** | **60,4** | **251,2** | **1801** | **31,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Медицинская сестра |  |  |  | Федорова Н.Н. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.