

Согласовано



**МЕНЮ**  
**1 июля 2024 г.**

**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 416                 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ                              | 170   | 6,4               | 7       | 27,4             | 199                                      | 0,7                   |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                | 30/9  | 2,2               | 8,3     | 15,4             | 146                                      | 0                     |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                     | 200   | 0,1               |         | 8,7              | 35                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                   | 409   | 8,7               | 15,3    | 51,5             | 380                                      | 0,7                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                      | 100   | 0,5               | 0,1     | 10,1             | 43                                       | 2                     |
| Итого                         |                     |                                                   | 100   | 0,5               | 0,1     | 10,1             | 43                                       | 2                     |
| Обед                          |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                                    | 49    | 0,4               |         | 0,8              | 6                                        | 2,4                   |
| 2008                          | 95                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ КУРЫ                        | 180   | 4,5               | 6,6     | 8,4              | 111                                      | 6,6                   |
| 2008                          | 181                 | ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ                                | 130   | 6,2               | 4,4     | 27,9             | 176                                      | 0                     |
| 2012                          | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ                                     | 80    | 11,3              | 13,6    | 6                | 192                                      | 0,5                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                       | 50    | 3,3               | 0,4     | 21               | 101                                      | 0                     |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ<br>ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200   |                   |         | 6,2              | 25                                       | 23,6                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 689   | 25,7              | 25      | 70,3             | 611                                      | 33,1                  |
| Полдник                       |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                           | 16    | 1,2               | 1,6     | 11,9             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                  | 200   | 5,8               | 5       | 9,6              | 108                                      | 2,6                   |
| Итого                         |                     |                                                   | 216   | 7                 | 6,6     | 21,5             | 175                                      | 2,6                   |
| Ужин                          |                     |                                                   |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 249                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                         | 160   | 16,2              | 8,5     | 4,7              | 158                                      | 0,4                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 40    | 3                 | 0,2     | 20               | 94                                       | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 200   | 3,1               | 2,6     | 11               | 82                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                   | 400   | 22,3              | 11,3    | 35,7             | 334                                      | 0,9                   |
| Всего                         |                     |                                                   |       | 64,2              | 58,3    | 189,1            | 1543                                     | 39,3                  |