

Согласовано



**МЕНЮ**  
**9 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                       |                     |                                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ВЯЗКАЯ                   | 170    | 5,2               | 5,6     | 23,4             | 165                                      | 0,5                   |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ                                | 30/10  | 4,6               | 3,9     | 15,4             | 115                                      | 0,1                   |
| к/к                           | к/к                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                  | 200    | 2,9               | 2,4     | 12,5             | 84                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                   | 410    | 12,7              | 11,9    | 51,3             | 364                                      | 1,1                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                                     | 132    | 0,5               | 0,5     | 13               | 62                                       | 13,3                  |
| Итого                         |                     |                                                   | 132    | 0,5               | 0,5     | 13               | 62                                       | 13,3                  |
| Обед                          |                     |                                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                                  | 55     | 0,4               | 3,4     | 1,3              | 37                                       | 5,3                   |
| 2012                          | 103                 | СУП МЯСНОЙ С РУБЛЕННЫМ<br>ЯЙЦОМ                   | 180    | 6,4               | 6,9     | 15,2             | 150                                      | 4,1                   |
| 2008                          | 131                 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР                       | 200    | 9,3               | 10,4    | 13,2             | 187                                      | 30,4                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                       | 50     | 3,3               | 0,4     | 21,2             | 102                                      | 0                     |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ<br>ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180    |                   |         | 6,2              | 25                                       | 20                    |
| Итого                         |                     |                                                   | 665    | 19,4              | 21,1    | 57,1             | 501                                      | 59,8                  |
| Полдник                       |                     |                                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                           | 20     | 1,5               | 2       | 14,9             | 83                                       | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 200    | 3,1               | 2,6     | 11               | 81                                       | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                   | 220    | 4,6               | 4,6     | 25,9             | 164                                      | 0,5                   |
| Ужин                          |                     |                                                   |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 211                 | ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ                              | 160/10 | 18,3              | 12,6    | 24,9             | 289                                      | 0,4                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 40     | 3                 | 0,2     | 19,5             | 92                                       | 0                     |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                     | 200    | 0,1               |         | 8,3              | 33                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                   | 410    | 21,4              | 12,8    | 52,7             | 414                                      | 0,4                   |
| Всего                         |                     |                                                   |        | 58,6              | 50,9    | 200              | 1505                                     | 75,1                  |