



**МЕНЮ**  
15 октября 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 С,<br>мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                              |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 112                 | СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ                         | 200    | 5,8               | 7,7     | 24,9             | 194                                      | 0,6                   |
| к/к                           | к/к                 | КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ                      | 200    | 3,2               | 2,6     | 10,4             | 129                                      | 0,5                   |
|                               | 41                  | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ                   | 40/7/6 | 4,5               | 8       | 18,5             | 163                                      | 0                     |
| того                          |                     |                                              | 453    | 13,5              | 18,3    | 53,8             | 486                                      | 1,1                   |
| II Завтрак                    |                     |                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                | 127    | 0,6               | 0,1     | 13               | 105                                      | 2,6                   |
| Итого                         |                     |                                              | 127    | 0,6               | 0,1     | 13               | 105                                      | 2,6                   |
| Обед                          |                     |                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 97                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200    | 5,5               | 12      | 10,4             | 175                                      | 1,8                   |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ                              | 70     | 9,8               | 10      | 7,7              | 160                                      | 1                     |
| 2008                          | 323                 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                            | 150    | 4,9               | 3,9     | 30,9             | 178                                      | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 50     | 4                 | 0,5     | 25,6             | 123                                      | 0                     |
| к/к                           | 37                  | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                  | 200    |                   |         | 9,4              | 138                                      | 0                     |
| Итого                         |                     |                                              | 670    | 24,2              | 26,4    | 84               | 774                                      | 2,8                   |
| Полдник                       |                     |                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                             | 200    | 5,4               | 4,7     | 9                | 101                                      | 1                     |
| 2008                          |                     | ПРЯНИКИ                                      | 20     | 0,9               | 0,7     | 11,9             | 58                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                              | 220    | 6,3               | 5,4     | 20,9             | 159                                      | 1                     |
| Ужин                          |                     |                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 183                 | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                     | 130    | 2,6               | 2,4     | 29,7             | 152                                      | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 40     | 2,4               | 0,2     | 15,8             | 75                                       | 0                     |
| к/к                           | 40                  | ЧАЙ С САХАРОМ                                | 200    | 0,1               |         | 5,5              | 122                                      | 0                     |
| Итого                         |                     |                                              | 370    | 5,1               | 2,6     | 51               | 349                                      | 0                     |
| Всего                         |                     |                                              |        | 49,7              | 52,8    | 222,7            | 1873                                     | 7,5                   |