|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | | | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  |  |  | **29 апреля 2022 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | | 180 | | | | 6,4 | | | | 7,5 | | | | | | 30,5 | | 216 | | 0,5 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | | 5 | | | |  | | | | 4,2 | | | | | |  | | 38 | | 0 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | | | 3 | | | | 0,2 | | | | | | 19,5 | | 92 | | 0 | |
| к/к | | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | | 180 | | | | 3,4 | | | | 3,5 | | | | | | 14,4 | | 103 | | 0,5 | |
| **Итого** | | | | | | | | **405** | | | | **12,8** | | | | **15,4** | | | | | | **64,4** | | **449** | | **1** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | | 150 | | | |  | | | |  | | | | | |  | |  | | 0 | |
| **Итого** | | | | | | | | **150** | | | |  | | | |  | | | | | |  | |  | | **0** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | | | | 50 | | | | 0,7 | | | | 3,1 | | | | | | 4,1 | | 47 | | 1,9 | |
| 2008 | | 93 | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ | | | | | 180 | | | | 5,5 | | | | 8,2 | | | | | | 19,1 | | 173 | | 6,4 | |
| 2008 | | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | | | | | 130 | | | | 2,4 | | | | 4,1 | | | | | | 19,8 | | 126 | | 10 | |
| 2002 | | 336 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ | | | | | 70 | | | | 11,5 | | | | 4,8 | | | | | | 4,3 | | 107 | | 0,5 | |
| 2008 | | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | | 30 | | | | 0,4 | | | | 2 | | | | | | 2,4 | | 30 | | 0,8 | |
| 2012 | | 376 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ | | | | | 180 | | | | 0,4 | | | | 0,1 | | | | | | 23,2 | | 98 | | 0,2 | |
| 2008 | | К/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 50 | | | |  | | | |  | | | | | |  | |  | | 0 | |
| **Итого** | | | | | | | | **690** | | | | **20,9** | | | | **22,3** | | | | | | **72,9** | | **581** | | **19,8** | |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | | 200 | | | | 5,6 | | | | 6,2 | | | | | | 9,1 | | 116 | | 1 | |
| 2012 | | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | | | | | 50 | | | | 4,1 | | | | 6,7 | | | | | | 28,7 | | 192 | | 0 | |
| **Итого** | | | | | | | | **250** | | | | **9,7** | | | | **12,9** | | | | | | **37,8** | | **308** | | **1** | |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 137 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | | | | | 180 | | | | 4,3 | | | | 7,7 | | | | | | 23 | | 182 | | 28,4 | |
| 2008 | | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | | 180 | | | | 0,6 | | | | 0,2 | | | | | | 25,8 | | 119 | | 71,1 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | | 40 | | | | 3 | | | | 0,2 | | | | | | 19,5 | | 92 | | 0 | |
| **Итого** | | | | | | | | **400** | | | | **7,9** | | | | **8,1** | | | | | | **68,3** | | **393** | | **99,5** | |
| **Всего** | | | | | | | | | | | | **51,3** | | | | **58,7** | | | | | | **243,4** | | **1731** | | **121,3** | |
|  |  |  |  |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |

