|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **D:\Профиль\Desktop\меню\1.jpeg** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **15 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 МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 6,5 | 7,6 | 30,9 | 218 | 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 | 3,3 | 3,4 | 15 | 105 | 0,5 |
| **Итого** | **405** | **12,8** | **15,4** | **65,4** | **453** | **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 | 48 | 1,9 |
| 2008 | 93 | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ | 180 | 4,5 | 7,9 | 10,3 | 130 | 1,7 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 130 | 0,5 | 3,5 | 3,8 | 49 | 1,9 |
| 2002 | 336 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ | 70 | 11,5 | 4,8 | 4,8 | 109 | 0,5 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ | 30 | 0,5 | 2 | 2,6 | 31 | 0,9 |
| 2012 | 376 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОДСУШЕНЫХ | 180 | 0,4 | 0,1 | 23,3 | 98 | 0,2 |
| 2008 | К/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **690** | **18,1** | **21,4** | **48,9** | **465** | **7,1** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,1 | 6,7 | 29 | 194 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,7** | **12,9** | **38,1** | **310** | **1** |
| **Ужин** |
| 2012 | 137 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 180 | 3,2 | 7,5 | 13,4 | 137 | 23,3 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,6 | 0,2 | 25,8 | 119 | 71,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,8 | 0,2 | 18,7 | 88 | 0 |
| **Итого** | **400** | **6,6** | **7,9** | **57,9** | **344** | **94,5** |
| **Всего** | **47,2** | **57,6** | **210,3** | **1572** | **103,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.

