|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  | |  | |  | |
|  |  |  |  | **30 мая 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 180 | | 4,1 | | 6,7 | | | 24,9 | | 177 | | 0,5 | |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | 0,1 | | 5,9 | | | 0,1 | | 53 | | 0 | |
| 2008 | | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 15 | |  | |  | | |  | |  | | 0 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | | 92 | | 0 | |
| 2012 | | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 180 | | 2,6 | | 2,8 | | | 19,6 | | 114 | | 0,1 | |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **9,8** | | **15,6** | | | **64,1** | | **436** | | **0,6** | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  | |  | | 0 | |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  | |  | | **0** | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 62 | САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ | | | | 50 | | 0,6 | | 4,9 | | | 1 | | 50 | | 1,6 | |
| 2012 | | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | | | | 180 | | 4,3 | | 3 | | | 14,1 | | 103 | | 3,4 | |
| 2012 | | 115 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | | | | 20 | | 2,1 | | 0,2 | | | 13,8 | | 65 | | 0 | |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 130 | | 4,9 | | 4,6 | | | 31,3 | | 186 | | 0 | |
| 2008 | | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ | | | | 100 | | 11 | | 11,7 | | | 8,7 | | 189 | | 0,9 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | |  | |  | | |  | |  | | 0 | |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | | | 180 | |  | |  | | | 14,7 | | 59 | | 0 | |
| **Итого** | | | | | | | **680** | | **22,9** | | **24,4** | | | **83,6** | | **652** | | **5,9** | |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | | 116 | | 1 | |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ | | | | 50 | | 3 | | 2,4 | | | 37,5 | | 183 | | 0 | |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **8,6** | | **8,6** | | | **46,6** | | **299** | | **1** | |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | | | | 200 | | 2,4 | | 4,8 | | | 17,6 | | 224 | | 8,3 | |
| 2012 | | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 180 | | 0,2 | |  | | | 15,1 | | 62 | | 0,7 | |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | |  | |  | | |  | |  | | 0 | |
| **Итого** | | | | | | | **410** | | **2,6** | | **4,8** | | | **32,7** | | **286** | | **9** | |
| **Всего** | | | | | | | | | **43,9** | | **53,4** | | | **227** | | **1673** | | **16,5** | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  | |  | |

