|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |
|  |  |  |  | **15 июня 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 | | 212 | ЛАПШЕВНИК С СЫРОМ ЗАПЕЧЕННЫЙ | | | | 175 | | 7,1 | | 8,7 | | | 44 | 285 | 0,1 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,2 | | |  | 38 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 3,1 | | 3,2 | | | 19 | 118 | 0,5 |
| **Итого** | | | | | | | **400** | | **13,2** | | **16,3** | | | **82,5** | **533** | **0,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | |  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | | | | 50 | |  | | 3 | | |  | 27 | 0 |
| 2012 | | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | | | | 180 | | 1,8 | | 4,8 | | | 11,4 | 100 | 8,1 |
| 2008 | | 260 | АЗУ | | | | 200 | | 13,3 | | 29,3 | | | 24,3 | 316 | 11,6 |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **660** | | **15,1** | | **37,1** | | | **50,3** | **501** | **19,7** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | | | | 50 | | 3,3 | | 6,8 | | | 31,5 | 169 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **8,9** | | **13** | | | **40,6** | **285** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | | | | 150 | | 3,6 | | 4,6 | | | 38,4 | 210 | 0 |
| 2008 | | 243 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ | | | | 70 | | 7,8 | | 4,4 | | | 5,5 | 93 | 0,7 |
| 2012 | | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | | | | 50 | | 0,6 | | 2 | | | 3,3 | 34 | 0,9 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | 180 | | 0,6 | | 0,3 | | | 23 | 108 | 72 |
| **Итого** | | | | | | | **490** | | **15,6** | | **11,5** | | | **89,7** | **537** | **73,6** |
| **Всего** | | | | | | | | | **52,8** | | **77,9** | | | **263,1** | **1856** | **94,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

