|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 июля 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 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,6 | 2,2 | 19 | 106 | 0,5 |
| 2008 | 112 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ | 180 | 4,6 | 4,5 | 20,4 | 141 | 0,5 |
| **Итого** | **405** | **10,2** | **11** | **58,9** | **376** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 180 | 3,4 | 3,4 | 12,5 | 94 | 6,3 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,8 | 4,3 | 18,8 | 126 | 9,1 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 100 | 12,7 | 7 | 5,2 | 139 | 1 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,3 | 0,1 | 23,9 | 98 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **640** | **19,2** | **14,8** | **60,4** | **457** | **16,4** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 209 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,4** | **9,8** | **46,5** | **314** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 7 | 5,2 | 31,6 | 202 | 0 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 30 | 0,5 | 1,6 | 2,7 | 27 | 0,7 |
| 2008 | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 70 | 7,3 | 17,3 | 5,5 | 207 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 10,2 | 43 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,7 | 0,2 | 17,8 | 84 | 0 |
| **Итого** | **450** | **17,7** | **24,3** | **67,8** | **563** | **1,5** |
| **Всего** | **56,5** | **59,9** | **233,6** | **1710** | **19,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

