|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |
|  |  |  |  | **5 сентября 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 | | 4,2 | | 6,1 | | | 25,6 | 205 | 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 | | 0,2 | |  | | | 1,5 | 7 | 0 |
| 2012 | | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 180 | | 2,7 | | 2,9 | | | 20,3 | 119 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **7,2** | | **14,9** | | | **47,5** | **354** | **0,7** |
| **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 | 80 | 1,6 |
| 2012 | | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | | | | 180 | | 4,3 | | 3,2 | | | 14 | 164 | 3,4 |
| 2012 | | 115 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | | | | 20 | | 2,3 | | 0,2 | | | 15,3 | 73 | 0 |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 130 | | 4,8 | | 4,9 | | | 30,4 | 184 | 0 |
| 2008 | | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ | | | | 100 | | 8,5 | | 20,5 | | | 6,7 | 249 | 0,9 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | | | 180 | |  | |  | | | 14,8 | 59 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **680** | | **20,5** | | **33,7** | | | **82,2** | **719** | **5,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,7 | | 4,9 | | | 9,5 | 157 | 1 |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ | | | | 50 | | 3 | | 2,4 | | | 37,5 | 183 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **8,7** | | **7,3** | | | **47** | **290** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | | | | 180 | | 2,4 | | 4,9 | | | 18,2 | 207 | 9,2 |
| 2012 | | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 180 | | 0,2 | |  | | | 15 | 60 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | |  | ФРУКТ СВЕЖИЙ | | | | 100 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **490** | | **2,6** | | **4,9** | | | **33,2** | **187** | **9,2** |
| **Всего** | | | | | | | | | **39** | | **60,8** | | | **209,9** | **1800** | **16,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| C:\Users\admin\Desktop\ю.jpeg | | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.