|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **23 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 180 | 5,8 | 8,6 | 26,4 | 198 | 0,7 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 180 | 3,1 | 3,4 | 23,6 | 138 | 0,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **415** | **11,9** | **16,3** | **69,5** | **465** | **0,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
|  |  | СВЕКОЛЬНИК | 180 | 1,8 | 2,9 | 10,7 | 80 | 5,2 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 7,1 | 5,2 | 32,1 | 204 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 70/30 | 11,3 | 27,7 | 4,5 | 213 | 1,3 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,5 | 0,1 | 25,6 | 106 | 0 |
| **Итого** | **640** | **20,7** | **35,9** | **72,9** | **603** | **6,5** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ | 30 | 3 | 2,4 | 37,5 | 183 | 0 |
| **Итого** | **230** | **8,6** | **8,6** | **46,6** | **299** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 2,3 | 5,8 | 8,1 | 96 | 18,8 |
| 2008 | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | 70 | 9,7 | 25,3 | 0,8 | 240 | 0,4 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 |  | 10,1 | 42 | 0,7 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| **Итого** | **470** | **15,1** | **31,3** | **38,5** | **470** | **19,9** |
| **Всего** | **56,3** | **92,1** | **227,5** | **1837** | **28,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

