|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **23 ноября 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 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,8 | 0,2 | 11,9 | 57 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,6 | 2,7 | 18,9 | 111 | 0,5 |
| 2008 | 112 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИИЗДЕЛИЯМИ | 180 | 4,6 | 4,9 | 20,2 | 145 | 0,5 |
| **Итого** | **405** | **9** | **12** | **51** | **351** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 180 | 6,5 | 13,2 | 12,5 | 196 | 6,3 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,9 | 5,4 | 19,4 | 138 | 9,3 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 100 | 15,4 | 10,2 | 5,5 | 180 | 1 |
| 2008 | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ(аллергики) | 70 | 26 | 22,1 | 124,2 | 199 | 0 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,3 | 0,1 | 24,8 | 102 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **640** | **25,1** | **28,9** | **62,2** | **616** | **16,6** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 3,9 | 6 | 28,5 | 185 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,5** | **12,2** | **37,6** | **301** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 7 | 5,3 | 31,8 | 183 | 0 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 30 | 0,5 | 1,6 | 2,7 | 28 | 0,8 |
| 2008 | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 70 | 7,6 | 17,8 | 5,5 | 213 | 0,1 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 10,3 | 43 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,3 | 0,2 | 15 | 71 | 0 |
| **Итого** | **450** | **17,6** | **24,9** | **65,3** | **538** | **1,7** |
| **Всего** | **61,2** | **78** | **216,1** | **1806** | **20,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

