|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **28 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 | 189 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 4,4 | 6,9 | 25,9 | 185 | 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 | 2,8 | 0,2 | 18,2 | 86 | 0 |
| 2012 | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 180 | 2,8 | 2,9 | 20,8 | 121 | 0,2 |
| **Итого** | **420** | **10,1** | **15,9** | **65** | **445** | **0,7** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  | 46 | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 62 | САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗМОРСКОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,6 | 4,9 | 0,9 | 51 | 1,6 |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СБОБОВЫМИ | 180 | 4,3 | 2,9 | 14,1 | 101 | 3,4 |
| 2012 | 115 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | 20 | 1,2 | 0,1 | 7,5 | 35 | 0 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 130 | 4,8 | 4,4 | 30,4 | 180 | 0 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ССОУСОМ СМЕТАННЫМ | 100 | 8,6 | 20,3 | 6,9 | 250 | 0,9 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ | 180 |  |  | 14,2 | 57 | 0 |
| **Итого** | **680** | **19,5** | **32,6** | **74** | **674** | **5,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ | 50 | 3 | 2,4 | 37,5 | 183 | 0 |
| **Итого** | **250** | **8,6** | **8,6** | **46,6** | **299** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 180 | 2,2 | 4,8 | 17,4 | 123 | 8,1 |
| 2012 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 15,1 | 62 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  | 96 | 0 |
| **Итого** | **390** | **2,4** | **4,8** | **32,5** | **281** | **8,9** |
| **Всего** | **40,6** | **61,9** | **218,1** | **1745** | **16,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

