|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **26 декабря 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 | | 4,1 | | 6,6 | | | 25,4 | 179 | 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 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2012 | | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 180 | | 2,5 | | 2,7 | | | 18,9 | 110 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **9,7** | | **15,4** | | | **63,9** | **434** | **0,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 62 | САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ | | | | 50 | | 0,6 | | 4,7 | | | 1 | 48 | 1,6 |
| 2012 | | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | | | | 180 | | 4,3 | | 2,9 | | | 14 | 101 | 3,4 |
| 2012 | | 115 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | | | | 20 | | 1,6 | | 0,1 | | | 10,5 | 50 | 0 |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 130 | | 4,7 | | 4,5 | | | 29,8 | 177 | 0 |
| 2008 | | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ | | | | 100 | | 8,8 | | 20,5 | | | 8 | 256 | 0,9 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | |  | |  | | |  | 40 | 0 |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ | | | | 180 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **680** | | **20** | | **32,7** | | | **77,9** | **730** | **5,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ | | | | 50 | | 3,9 | | 4,9 | | | 38,1 | 212 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,5** | | **11,1** | | | **47,2** | **328** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | | | | 180 | | 2,3 | | 4,8 | | | 17,4 | 123 | 8,1 |
| 2012 | | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 180 | | 0,2 | |  | | | 15 | 60 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | |  | |  | | |  | 56 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **390** | | **2,5** | | **4,8** | | | **32,4** | **239** | **8,1** |
| **Всего** | | | | | | | | | **41,7** | | **64** | | | **221,4** | **1731** | **15,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

