|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **22 февраля 2023 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 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 180 | 21 | 16,2 | 25,2 | 238 | 0,2 |
| 2012 | 351 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 50 | 1 | 2,7 | 6,7 | 56 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 38 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,6 | 2,8 | 18,9 | 112 | 0,5 |
| **Итого** | **455** | **27,6** | **26** | **70,3** | **536** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 180 | 6,7 | 12,8 | 12,5 | 193 | 6,3 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,9 | 5,1 | 19,4 | 135 | 9,3 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 100 | 15,5 | 9,7 | 5,6 | 175 | 1,1 |
| 2008 | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ(аллергики) | 70 | 6,5 | 19,1 |  | 198 | 0 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,3 | 0,1 | 24,2 | 99 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **640** | **25,4** | **27,7** | **61,7** | **602** | **16,7** |
| **Полдник** |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 3,6 | 5,7 | 28,4 | 181 | 0 |
| **Итого** | **50** | **3,6** | **5,7** | **28,4** | **181** | **0** |
| **Ужин** |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 7 | 5,2 | 31,8 | 183 | 0 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 30 | 0,5 | 1,6 | 2,6 | 27 | 0,8 |
| 2008 | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 70 | 7,2 | 16,9 | 5,2 | 202 | 0,1 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 |  | 10,1 | 42 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,1 | 0,2 | 13,8 | 65 | 0 |
| **Итого** | **450** | **16,9** | **23,9** | **63,5** | **519** | **1,7** |
| **Всего** | **73,5** | **83,3** | **223,9** | **1838** | **19,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

