|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |
|  |  |  |  | **22 марта 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 | 22,2 | 15,8 | 25,5 | 237 | 0,2 |
| 2012 | 351 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 50 | 1 | 2,8 | 6,8 | 57 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,6 | 2,8 | 18,9 | 112 | 0,5 |
| **Итого** | **455** | **28** | **25,7** | **65,8** | **512** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 50 | 1 | 4,9 | 5,1 | 69 | 3,6 |
| 2008 | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 180 | 6,6 | 13,5 | 12,5 | 198 | 6,2 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,9 | 5,3 | 19,4 | 137 | 9,3 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 100 | 15,2 | 8,3 | 5,1 | 155 | 0,9 |
| 2008 | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ(аллергики) | 70 | 7,9 | 20,6 | 4,9 | 136 | 0 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,3 | 0,1 | 25,2 | 103 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **690** | **26** | **32,1** | **67,3** | **562** | **20** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 4,2 | 6,1 | 29,8 | 192 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,8** | **12,3** | **38,9** | **308** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 7,1 | 5,3 | 32 | 104 | 0 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 30 | 0,5 | 1,6 | 2,7 | 27 | 0,8 |
| 2008 | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 70 | 7,6 | 17,8 | 5,5 | 213 | 0,1 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 |  | 10 | 42 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,3 | 0,2 | 15 | 71 | 0 |
| **Итого** | **450** | **17,6** | **24,9** | **65,2** | **457** | **1,7** |
| **Всего** | **81,4** | **95** | **237,2** | **1839** | **23,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| C:\Users\admin\Desktop\ю.jpeg |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.