|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **17 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 180 | 5,8 | 8,6 | 26,8 | 209 | 0,7 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 180 | 3,1 | 3,3 | 22,2 | 132 | 0,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **415** | **11,9** | **16,2** | **68,5** | **470** | **0,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 |  | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ ССОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 50 | 0,7 | 2,6 | 4,3 | 44 | 2,2 |
|  |  | СВЕКОЛЬНИК | 180 | 1,7 | 2,7 | 9,8 | 73 | 4,6 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 6,8 | 4,8 | 30,7 | 194 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 70/30 | 10,3 | 25,7 | 4,4 | 291 | 1,1 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,5 | 0,1 | 25,2 | 104 | 0 |
| **Итого** | **690** | **20** | **35,9** | **74,4** | **706** | **7,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,1 | 5,7 | 8,3 | 107 | 1 |
| 2012 | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 50 | 4,2 | 3,3 | 25,4 | 148 | 0,1 |
| **Итого** | **250** | **9,3** | **9** | **33,7** | **255** | **1,1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4 | 5,6 | 12,2 | 118 | 35,7 |
| 2008 | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | 70 | 9,9 | 25,5 | 0,7 | 172 | 0,4 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 |  | 10,1 | 42 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,4 | 0,2 | 15,7 | 74 | 0 |
| **Итого** | **470** | **16,4** | **31,3** | **38,7** | **406** | **36,9** |
| **Всего** | **57,6** | **92,4** | **215,3** | **1837** | **46,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| C:\Users\admin\Desktop\ю.jpeg |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.