|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **27 апреля 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** |
| к/к | к/к | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 6,2 | 8,9 | 22,2 | 195 | 0,7 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,8 | 2,8 | 15,4 | 99 | 0,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,8 | 0,2 | 18,6 | 88 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **405** | **11,8** | **16** | **56,2** | **419** | **1,2** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ | 50 | 0,7 | 4,7 | 3,7 | 60 | 1,7 |
| 2012 | 86 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 180 | 3,9 | 5,1 | 15,6 | 123 | 0,4 |
| 2012 | 323 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | 130 | 13 | 4,8 | 27,3 | 205 | 0 |
| 2012 | 302 | КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ | 70 | 0,6 | 2,4 | 5,2 | 45 | 0,3 |
| 2012 | 356 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ ИЛУКОМ | 30 | 0,6 | 2,8 | 2,5 | 40 | 0,4 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОДСУШЕНЫХ | 180 | 0,5 | 0,1 | 24,2 | 102 | 0,2 |
| **Итого** | **690** | **19,3** | **19,9** | **78,5** | **575** | **3** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 50 | 3,9 | 6,4 | 27,3 | 182 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,5** | **12,6** | **36,4** | **298** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 132 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ | 130 | 2,8 | 5 | 22,5 | 147 | 11,4 |
| к/к | к/к | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | 80 | 15,9 | 8 | 6,2 | 175 | 10,5 |
| к/к | к/к | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 180 | 0,2 |  | 11,9 | 48 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,3 | 19,9 | 94 | 0 |
| **Итого** | **430** | **21,9** | **13,3** | **60,5** | **464** | **21,9** |
| **Всего** | **62,5** | **61,8** | **231,6** | **1756** | **27,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

