|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **6 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | | | | 180 | | 5,8 | | 8 | | | 23,5 | 190 | 0,5 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| 2008 | | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 10 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 2,9 | | 3 | | | 17,2 | 108 | 0,5 |
| **Итого** | | | | | | | **415** | | **11,7** | | **15,3** | | | **60,2** | **427** | **1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 63 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ | | | | 180 | | 3,7 | | 5,5 | | | 15,8 | 131 | 6,8 |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 150 | | 5,4 | | 4,7 | | | 34,6 | 202 | 0 |
| 2008 | | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | | | | 80 | | 16,4 | | 9,3 | | | 3,6 | 187 | 12,4 |
| к/к | | к/к | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ | | | | 180 | | 0,3 | | 0,2 | | | 19,4 | 82 | 2,8 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **640** | | **25,8** | | **19,7** | | | **73,4** | **602** | **22** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,5 | | 6,1 | | | 9 | 115 | 1 |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ | | | | 50 | | 4,2 | | 3,3 | | | 53,2 | 210 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,7** | | **9,4** | | | **62,2** | **325** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | | | | 150 | | 3,7 | | 4,6 | | | 38,7 | 105 | 0 |
| 2008 | | 257 | МЯСО ТУШЕНОЕ | | | | 100 | | 10,4 | | 27 | | | 5,4 | 206 | 1,2 |
| 2008 | | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | | | | 180 | |  | |  | | | 25,9 | 94 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,9 | | 0,2 | | | 19 | 90 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **470** | | **17** | | **31,8** | | | **89** | **495** | **1,2** |
| **Всего** | | | | | | | | | **64,2** | | **76,2** | | | **284,8** | **1814** | **25,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

