|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **24 мая 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 | | 212 | ЛАПШЕВНИК С СЫРОМ ЗАПЕЧЕННЫЙ | | | | 175 | | 6,9 | | 7,8 | | | 42 | 267 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,2 | | |  | 38 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 1 | | 0,8 | | | 16,5 | 77 | 0,1 |
| **Итого** | | | | | | | **400** | | **7,9** | | **12,8** | | | **58,5** | **382** | **0,1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | | | | 180 | | 0,9 | | 4,8 | | | 7,4 | 80 | 2,9 |
| 2008 | | 260 | АЗУ | | | | 200 | | 13,2 | | 29,3 | | | 23,5 | 412 | 11,2 |
| 2008 | | 439 | НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОД | | | | 180 | |  | |  | | | 9,5 | 38 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  | 102 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **610** | | **14,1** | | **34,1** | | | **40,4** | **632** | **14,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 0,7 | | 0,8 | | | 1,2 | 115 | 0,1 |
| 2012 | | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | | | | 50 | | 3,8 | | 2,7 | | | 24,5 | 137 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **4,5** | | **3,5** | | | **25,7** | **252** | **0,1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | | | | 150 | | 3,6 | | 4,6 | | | 38,4 | 209 | 0 |
| 2008 | | 243 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ | | | | 70 | | 7 | | 4,2 | | | 0,5 | 68 | 0,3 |
| 2012 | | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | | | | 50 | | 0,5 | | 2 | | | 2,9 | 32 | 0,7 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | | | | 180 | | 0,6 | | 0,3 | | | 21,6 | 102 | 72 |
| **Итого** | | | | | | | **490** | | **11,7** | | **11,1** | | | **63,4** | **411** | **73** |
| **Всего** | | | | | | | | | **38,2** | | **61,5** | | | **188** | **1775** | **87,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

