|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **24 июля 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 180 | | 4,7 | | 7,3 | | | 23 | 126 | 0,5 |
| 2012 | | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 180 | | 2,7 | | 2,8 | | | 20,1 | 117 | 0,1 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,2 | | |  | 38 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **405** | | **10,4** | | **14,5** | | | **62,6** | **373** | **0,6** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | | | | 180 | | 4,9 | | 7 | | | 10 | 130 | 6,6 |
| 2008 | | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | | | | 130 | | 3,1 | | 4,7 | | | 33,4 | 188 | 0 |
| 2008 | | 283 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ | | | | 70 | | 10,4 | | 16,9 | | | 4,2 | 210 | 0,9 |
| 2012 | | 356 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | | | | 30 | | 0,5 | | 1,7 | | | 2,1 | 28 | 0,3 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 | | 0,4 | | 0,1 | | | 24,8 | 104 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **640** | | **19,3** | | **30,4** | | | **74,5** | **660** | **8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | 50 | | 3,7 | | 4,9 | | | 36,6 | 205 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,3** | | **11,1** | | | **45,7** | **321** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | | | | 180 | | 11,1 | | 28,3 | | | 11,4 | 245 | 10,1 |
| 2012 | | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | | | | 30 | | 0,4 | | 1,2 | | | 1,9 | 23 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 410 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | | | | 180 | | 0,1 | |  | | | 25,5 | 102 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **430** | | **14,6** | | **29,7** | | | **58,3** | **462** | **10,1** |
| **Всего** | | | | | | | | | **53,6** | | **85,7** | | | **241,1** | **1816** | **19,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

