|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **26 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 | | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | | | | 180 | | 22,1 | | 17,2 | | | 25,3 | 211 | 0,2 |
| 2012 | | 351 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | | | | 50 | | 1 | | 2,7 | | | 6,8 | 56 | 0,1 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 3,9 | | |  | 35 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 2,6 | | 2,8 | | | 19 | 112 | 0,5 |
| **Итого** | | | | | | | **455** | | **28,7** | | **26,8** | | | **70,6** | **506** | **0,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 180 | | 6,6 | | 13,2 | | | 12,5 | 195 | 6,3 |
| 2008 | | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 130 | | 2,9 | | 5,3 | | | 19,4 | 137 | 9,3 |
| 2012 | | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | | | | 100 | | 1,1 | | 5,4 | | | 5,6 | 120 | 0,8 |
| 2008 | | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (аллергики) | | | | 70 | | 21,9 | | 21,7 | | | 97,4 | 172 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2012 | | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | | | | 180 | | 0,1 | | 0,1 | | | 17,3 | 71 | 0,6 |
| **Итого** | | | | | | | **640** | | **10,7** | | **24** | | | **54,8** | **523** | **17** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | | | | 50 | | 4,1 | | 6,1 | | | 29,3 | 189 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,7** | | **12,3** | | | **38,4** | **305** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 130 | | 6,9 | | 5,2 | | | 31,4 | 181 | 0 |
| 2012 | | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | | | | 30 | | 0,5 | | 1,6 | | | 2,8 | 28 | 0,9 |
| 2008 | | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | | | | 70 | | 7,5 | | 17,8 | | | 4,9 | 210 | 0,1 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 180 | | 0,1 | |  | | | 10 | 42 | 0,8 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2 | | 0,2 | | | 13,2 | 62 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **450** | | **17** | | **24,8** | | | **62,3** | **523** | **1,8** |
| **Всего** | | | | | | | | | **66,1** | | **87,9** | | | **226,1** | **1877** | **20,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

