|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **31 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 4,7 | 7,3 | 26,6 | 192 | 0,6 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,1 | 5,9 | 0,1 | 53 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2012 | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 180 | 2,6 | 2,6 | 18,6 | 109 | 0,1 |
| **Итого** | **420** | **10,4** | **16** | **64,8** | **446** | **0,7** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 62 | САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗМОРСКОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,6 | 4,5 | 1 | 46 | 1,6 |
| 2012 | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СБОБОВЫМИ | 180 | 4,5 | 3,2 | 14,4 | 105 | 3,4 |
| 2012 | 115 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | 20 | 2,3 | 0,2 | 15 | 71 | 0 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 130 | 4,7 | 4,7 | 29,8 | 180 | 0 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ССОУСОМ СМЕТАННЫМ | 100 | 10,3 | 16,3 | 9 | 229 | 0,9 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ | 180 |  |  | 14 | 56 | 0 |
| **Итого** | **680** | **22,4** | **28,9** | **83,2** | **687** | **5,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 2,3 | 3 | 23 | 129 | 0 |
| **Итого** | **250** | **7,9** | **9,2** | **32,1** | **245** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 180 | 2,2 | 4,8 | 17,6 | 223 | 8,2 |
| 2012 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 15,2 | 63 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 |  |  |  | 86 | 0 |
| **Итого** | **390** | **2,4** | **4,8** | **32,8** | **372** | **9** |
| **Всего** | **43,1** | **58,9** | **212,9** | **1750** | **16,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

