|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **2 августа 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 СЫРОМЗАПЕЧЕННЫЙ | 175 | 7 | 8,3 | 42,5 | 275 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 3,8 |  | 34 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,3 | 3,3 | 19 | 120 | 0,5 |
| **Итого** | **400** | **13,3** | **15,6** | **81** | **521** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ ИКАРТОФЕЛЕМ | 180 | 2,1 | 10 | 12,7 | 154 | 9,4 |
| 2008 | 260 | АЗУ | 200 | 13,2 | 37,1 | 25,2 | 289 | 11,8 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОД | 180 | 0,2 | 0,1 | 11,8 | 50 | 14 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **610** | **15,5** | **47,2** | **49,7** | **493** | **35,2** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,7 | 6,3 | 9,3 | 119 | 1,1 |
| 2012 | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 50 | 3,7 | 2,7 | 24,8 | 138 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,4** | **9** | **34,1** | **257** | **1,1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 3,6 | 4,5 | 37,5 | 205 | 0 |
| 2008 | 243 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ | 70 | 7,8 | 4,3 | 5,8 | 94 | 0,7 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 50 | 0,6 | 2 | 3,3 | 35 | 1 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,2 | 0,3 | 20,8 | 98 | 0 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,6 | 0,3 | 23 | 108 | 72 |
| **Итого** | **490** | **15,8** | **11,4** | **90,4** | **540** | **73,7** |
| **Всего** | **54** | **83,2** | **255,2** | **1811** | **110,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| C:\Users\admin\Desktop\ю.jpeg |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.