|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **23 октября 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 МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 180 | | 4,4 | | 6,9 | | | 25,7 | 124 | 0,5 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,2 | | |  | 38 | 0 |
| 2008 | | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 15 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2012 | | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | | | | 180 | | 2,8 | | 2,9 | | | 20,7 | 121 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **420** | | **10,2** | | **14,2** | | | **65,9** | **375** | **0,7** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 62 | САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ | | | | 50 | | 0,6 | | 4,5 | | | 0,9 | 46 | 1,6 |
| 2012 | | 81 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | | | | 180 | | 4,3 | | 3,2 | | | 14 | 104 | 3,3 |
| 2012 | | 115 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | | | | 20 | | 2,3 | | 0,2 | | | 15,6 | 74 | 0 |
| 2008 | | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 130 | | 4,8 | | 4,7 | | | 30,4 | 183 | 0 |
| 2008 | | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ | | | | 100 | | 10,2 | | 16,1 | | | 9 | 227 | 0,9 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 20 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 402 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ | | | | 180 | |  | |  | | | 14,9 | 60 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **680** | | **22,2** | | **28,7** | | | **84,8** | **694** | **5,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | |  | ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | | | | 50 | | 4,8 | | 3,8 | | | 61 | 298 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **10,4** | | **10** | | | **70,1** | **414** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | | | | 180 | | 2,3 | | 4,8 | | | 17,8 | 194 | 8,6 |
| 2012 | | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | | | 180 | | 0,2 | |  | | | 15 | 62 | 0,8 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 30 | |  | |  | | |  | 52 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **390** | | **2,5** | | **4,8** | | | **32,8** | **308** | **9,4** |
| **Всего** | | | | | | | | | **45,3** | | **57,7** | | | **253,6** | **1779** | **16,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

