|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **24 ноября 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 180 | 5,9 | 8,7 | 26,7 | 169 | 0,7 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 180 | 3,5 | 3,7 | 24,2 | 135 | 0,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **415** | **12,4** | **16,7** | **70,4** | **433** | **0,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 |  | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ ССОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 50 | 0,7 | 2,2 | 5 | 44 | 2,6 |
|  |  | СВЕКОЛЬНИК | 180 | 1,8 | 3,1 | 10,9 | 83 | 5,2 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 7 | 5,4 | 31,7 | 204 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 70/30 | 11,2 | 27,1 | 4,3 | 287 | 1,2 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,4 | 0,1 | 25,4 | 105 | 0 |
| **Итого** | **690** | **21,1** | **37,9** | **77,3** | **723** | **9** |
| **Полдник** |
| 2012 | 485 | БУЛОЧКА "К ЧАЮ" | 50 | 4,6 | 3,6 | 27,2 | 160 | 0,1 |
|  |  | СНЕЖОК | 180 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **230** | **4,6** | **3,6** | **27,2** | **160** | **0,1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4,2 | 6 | 12,6 | 124 | 37 |
| 2008 | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | 70 | 9,9 | 25,8 | 0,8 | 225 | 0,4 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 10,3 | 43 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,9 | 0,2 | 18,9 | 89 | 0 |
| **Итого** | **470** | **17,2** | **32** | **42,6** | **481** | **38,2** |
| **Всего** | **55,3** | **90,2** | **217,5** | **1797** | **48,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

