|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **9 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 235 | ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | | | | 150 | | 19 | | 13,6 | | | 21,2 | 218 | 0,2 |
| 2012 | | 351 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | | | | 50 | | 1,3 | | 2,8 | | | 8 | 62 | 0,2 |
| 2012 | | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 180 | | 2,8 | | 2,8 | | | 15,4 | 89 | 0,5 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **425** | | **26,1** | | **23,5** | | | **64,1** | **498** | **0,9** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 86 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | | | | 180 | | 4,1 | | 5,3 | | | 15,9 | 127 | 0,3 |
| 2012 | | 323 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | | | | 130 | | 13,1 | | 4,7 | | | 27,5 | 204 | 0 |
| 2012 | | 302 | КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ | | | | 70 | | 0,8 | | 2,5 | | | 5,2 | 46 | 0,2 |
| 2012 | | 356 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | | | | 30 | | 0,5 | | 3 | | | 2,5 | 42 | 0,4 |
| к/к | | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 401 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ | | | | 180 | | 0,4 | | 0,1 | | | 23,4 | 98 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **640** | | **18,9** | | **15,6** | | | **74,5** | **517** | **1,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | | | | 50 | | 3,9 | | 6,4 | | | 27,2 | 163 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,5** | | **12,6** | | | **36,3** | **279** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 132 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ | | | | 130 | | 2,8 | | 5 | | | 22,5 | 178 | 11,4 |
| к/к | | к/к | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | | | | 80 | | 17,7 | | 8,3 | | | 6,2 | 198 | 11,8 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | | | 180 | | 0,1 | |  | | | 11,9 | 48 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 2,7 | | 0,2 | | | 18 | 85 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **430** | | **23,3** | | **13,5** | | | **58,6** | **509** | **23,2** |
| **Всего** | | | | | | | | | **77,8** | | **65,2** | | | **233,5** | **1803** | **26,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

