|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **13 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 | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 4,8 | 7,3 | 23,3 | 179 | 0,5 |
| 2012 | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 180 | 1,3 | 1,2 | 9 | 51 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **405** | **9,1** | **12,8** | **51,8** | **359** | **0,5** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 180 | 5 | 6,7 | 10,5 | 128 | 9,4 |
| 2008 | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 130 | 3,1 | 4,3 | 33 | 183 | 0 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ | 70 | 10,3 | 16,4 | 5,4 | 210 | 0,9 |
| 2012 | 356 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ ИЛУКОМ | 30 | 0,5 | 1,5 | 2,5 | 29 | 0,4 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| **Итого** | **640** | **18,9** | **28,9** | **66** | **608** | **10,7** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ | 50 |  |  |  | 125 | 0 |
| **Итого** | **250** | **5,6** | **6,2** | **9,1** | **241** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 180 | 12,6 | 29,2 | 14,2 | 372 | 22,5 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,4 | 1,1 | 1,9 | 22 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 410 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 180 | 0,1 |  | 26,4 | 106 | 0 |
| **Итого** | **430** | **16,1** | **30,5** | **62** | **592** | **22,5** |
| **Всего** | **49,7** | **78,4** | **188,9** | **1800** | **34,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

