|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **15 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 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 180 | 22,6 | 17,1 | 25,9 | 215 | 0,2 |
| 2012 | 351 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 50 | 1 | 2,7 | 6,7 | 56 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,6 | 2,8 | 18,9 | 82 | 0,5 |
| **Итого** | **455** | **29,2** | **27** | **71** | **483** | **0,8** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 50 | 1 | 5,1 | 5,1 | 70 | 3,4 |
| 2008 | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 180 | 6,2 | 12,3 | 12,3 | 166 | 6,2 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 3 | 5,5 | 19,6 | 140 | 9,4 |
| 2012 | 252 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ВСМЕТАННОМ СОУСЕ | 100 | 14,6 | 9,5 | 4,7 | 166 | 0,8 |
| 2008 | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ(аллергики) | 70 | 7,6 | 19,2 | 7,3 | 203 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| 2012 | 375 | НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОД | 180 | 0,2 | 0,1 | 15,5 | 64 | 15,3 |
| **Итого** | **690** | **25** | **32,5** | **57,2** | **576** | **35,1** |
| **Полдник** |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | 467 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ | 50 | 3,9 | 6,1 | 28,4 | 156 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,5** | **12,3** | **37,5** | **272** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 6,9 | 5,3 | 31,2 | 160 | 0 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 30 | 0,5 | 1,6 | 2,7 | 28 | 0,7 |
| 2008 | 288 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 70 | 7,8 | 17,8 | 6,6 | 209 | 0,1 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 |  | 10,2 | 42 | 0,7 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,8 | 0,2 | 18,7 | 89 | 0 |
| **Итого** | **450** | **18,2** | **24,9** | **69,4** | **528** | **1,5** |
| **Всего** | **81,9** | **96,7** | **235,1** | **1859** | **38,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

