|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **20 декабря 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 | 212 | ЛАПШЕВНИК С СЫРОМЗАПЕЧЕННЫЙ | 175 | 7,1 | 9 | 40,6 | 173 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,2 |  | 38 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,2 | 3,3 | 15,1 | 104 | 0,5 |
| **Итого** | **400** | **13,3** | **16,7** | **75,2** | **407** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ ИКАРТОФЕЛЕМ | 180 | 1,8 | 4,8 | 11,3 | 99 | 8,1 |
| 2008 | 260 | АЗУ | 200 | 13,2 | 28,9 | 24,5 | 412 | 11,6 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ СМЕСИ ЯГОД | 180 | 0,1 |  | 11,2 | 45 | 0,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **610** | **15,1** | **33,7** | **47** | **556** | **20** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 50 | 3,3 | 6,7 | 31,5 | 198 | 0 |
| **Итого** | **250** | **8,9** | **12,9** | **40,6** | **314** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 150 | 3,6 | 4,5 | 38 | 207 | 0 |
| 2008 | 243 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ | 70 | 7,7 | 4,5 | 5,2 | 92 | 0,7 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 50 | 0,6 | 2 | 3 | 33 | 0,9 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,8 | 0,2 | 18,2 | 86 | 0 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,6 | 0,2 | 22,8 | 107 | 70,7 |
| **Итого** | **490** | **15,3** | **11,4** | **87,2** | **525** | **72,3** |
| **Всего** | **52,6** | **74,7** | **250** | **1802** | **93,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

