|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **26 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 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 175 | 13,8 | 18,7 | 2,8 | 235 | 0,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 180 | 2,6 | 2,8 | 21,5 | 122 | 0,1 |
| **Итого** | **400** | **19,4** | **25,8** | **43,8** | **486** | **0,3** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 62 | САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗМОРСКОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,6 | 2,9 | 0,9 | 32 | 1,6 |
| 2012 | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 180 | 2,1 | 5 | 14,2 | 114 | 5,9 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 200 | 13,5 | 29 | 21,1 | 399 | 10,8 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,6 | 0,3 | 25,9 | 119 | 71,6 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **660** | **16,8** | **37,2** | **62,1** | **664** | **89,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 453 | ВАТРУШКА СО СЛАДКИМ ФАРШЕМ | 50 | 3,2 | 1,6 | 32 | 156 | 0 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 200 | 5,5 | 6,1 | 9 | 115 | 1 |
| **Итого** | **250** | **8,7** | **7,7** | **41** | **271** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 332 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 170 | 5,4 | 9,2 | 33,4 | 238 | 1,8 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 |  | 12,9 | 52 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,9 | 0,2 | 19 | 90 | 0 |
|  |  | КОНФЕТЫ ЖЕЛЕЙНЫЕ | 30 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **420** | **8,5** | **9,4** | **65,3** | **380** | **1,8** |
| **Всего** | **53,4** | **80,1** | **212,2** | **1801** | **93** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

