|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **7 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** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 235 | ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | | | | 150 | | 26,6 | | 17,4 | | | 22,3 | 198 | 0,3 |
| 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 | | | 15,2 | 98 | 0,5 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **425** | | **33,7** | | **27,3** | | | **65** | **487** | **1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 150 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **150** | |  | |  | | |  |  | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 86 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | | | | 180 | | 3,9 | | 5,2 | | | 16 | 126 | 0,5 |
| 2012 | | 323 | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ | | | | 130 | | 13,3 | | 5 | | | 27,7 | 209 | 0 |
| 2012 | | 302 | КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ | | | | 70 | | 0,7 | | 2,5 | | | 5,8 | 49 | 0,4 |
| 2012 | | 356 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | | | | 30 | | 0,6 | | 2,9 | | | 2,7 | 43 | 0,5 |
| к/к | | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 50 | |  | |  | | |  |  | 0 |
| 2008 | | 401 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ | | | | 180 | | 0,5 | | 0,1 | | | 23,3 | 98 | 0,2 |
| **Итого** | | | | | | | **640** | | **19** | | **15,7** | | | **75,5** | **525** | **1,6** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | 6,2 | | | 9,1 | 116 | 1 |
| 2012 | | 460 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | | | | 50 | | 3,8 | | 6,5 | | | 27,5 | 184 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **250** | | **9,4** | | **12,7** | | | **36,6** | **300** | **1** |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 132 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ | | | | 130 | | 2,8 | | 4,5 | | | 22,5 | 163 | 11,3 |
| к/к | | к/к | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | | | | 80 | | 17,5 | | 8,1 | | | 6,2 | 183 | 11,6 |
| к/к | | к/к | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | | | 180 | | 0,2 | |  | | | 11,9 | 48 | 0 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,2 | | | 19,5 | 92 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **430** | | **23,5** | | **12,8** | | | **60,1** | **486** | **22,9** |
| **Всего** | | | | | | | | | **85,6** | | **68,5** | | | **237,2** | **1798** | **26,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

