|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **26 января 2024 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 180 | 4,2 | 8,7 | 11,9 | 144 | 0,8 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ | 180 | 3,4 | 3,6 | 24,2 | 143 | 0,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 |  |  |  |  | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **415** | **10,6** | **16,6** | **55,6** | **416** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2012 |  | САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ ССОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 50 | 0,7 | 2,5 | 4,9 | 46 | 2,6 |
|  |  | СВЕКОЛЬНИК | 180 | 1,8 | 2,7 | 10,6 | 78 | 5,2 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 7,1 | 5,1 | 32 | 203 | 0 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 70/30 | 11,1 | 27,6 | 4,2 | 209 | 1,3 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,4 | 0,1 | 25,4 | 105 | 0 |
| **Итого** | **690** | **21,1** | **38** | **77,1** | **641** | **9,1** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ ЗАВАРНЫЕ | 50 | 2,9 | 2,3 | 36,4 | 178 | 0 |
|  |  | СНЕЖОК | 180 |  |  |  | 110 | 0 |
| **Итого** | **230** | **2,9** | **2,3** | **36,4** | **288** | **0** |
| **Ужин** |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4,3 | 5,6 | 13 | 123 | 38,2 |
| 2008 | 289 | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | 70 | 13,1 | 15,1 | 0,8 | 191 | 0,4 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 |  | 10,2 | 42 | 0,8 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,8 | 0,2 | 18,6 | 88 | 0 |
| **Итого** | **470** | **20,3** | **20,9** | **42,6** | **444** | **39,4** |
| **Всего** | **54,9** | **77,8** | **211,7** | **1789** | **49,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

