|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **12 февраля 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 | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 5 | 7 | 23,1 | 175 | 0,5 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,8 | 2,8 | 16,2 | 102 | 0,5 |
| **Итого** | **405** | **10,8** | **14,1** | **58,8** | **406** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 3,4 |
| **Итого** | **150** | **0,5** | **0,1** | **10,1** | **46** | **3,4** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ ИСМЕТАНОЙ | 180 | 4,1 | 10,8 | 8,6 | 153 | 7,7 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 6,2 | 6 | 28,2 | 192 | 0 |
| 2012 | 289 | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ | 70 | 11,6 | 11,4 | 6,7 | 176 | 0,7 |
| 2012 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 30 | 0,5 | 3,6 | 2,5 | 45 | 0,8 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ | 180 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **640** | **22,4** | **31,8** | **60,6** | **624** | **9,2** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ЙОГУРТ | 200 | 7,7 | 6,9 | 12,5 | 116 | 1,9 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ | 50 | 3,7 | 4,8 | 36,1 | 202 | 0 |
| **Итого** | **250** | **11,4** | **11,7** | **48,6** | **318** | **1,9** |
| **Ужин** |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 180 | 2,4 | 5,5 | 18,9 | 176 | 8,8 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,6 | 0,3 | 25,6 | 119 | 74,3 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,6 | 0,2 | 17,6 | 83 | 0 |
| **Итого** | **400** | **5,6** | **6** | **62,1** | **378** | **83,1** |
| **Всего** | **50,7** | **63,7** | **240,2** | **1772** | **98,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

