|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **18 марта 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 4,3 | 6,7 | 25,7 | 152 | 0,5 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,8 | 2,8 | 15,4 | 89 | 0,5 |
| **Итого** | **405** | **10,1** | **13,8** | **60,6** | **370** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  | 46 | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 62 | САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗМОРСКОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,6 | 4,9 | 1 | 50 | 1,6 |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ ИСМЕТАНОЙ | 180 | 4,3 | 10,6 | 8,3 | 123 | 7 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯОТВАРНЫЕ | 130 | 4,6 | 4,8 | 29,4 | 168 | 0 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ВТОМАТНОМ СОУСЕ | 70/30 | 9,9 | 18,3 | 9,2 | 202 | 1,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  | 101 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 22,8 | 91 | 0 |
| **Итого** | **690** | **19,4** | **38,6** | **70,7** | **704** | **10,1** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ ВЫСШ СОРТ | 50 | 3,7 | 4,8 | 36,1 | 182 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,3** | **11** | **45,2** | **298** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 33,9 | 38,8 | 219,3 | 284 | 24,3 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,5 | 1,1 | 1,9 | 23 | 0 |
| 2012 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 |  | 0,3 | 42 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,7 | 0,2 | 18,1 | 85 | 0 |
| **Итого** | **450** | **37,2** | **40,1** | **239,6** | **394** | **24,3** |
| **Всего** | **76** | **103,5** | **416,1** | **1812** | **36,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

