|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **4 апреля 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"ЖИДКАЯ | 180 | 5,7 | 6 | 23,1 | 138 | 0,5 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0 | 4,1 | 0 | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 180 | 3,3 | 2,5 | 25,6 | 115 | 0,1 |
| **Итого** | **405** | **12** | **12,8** | **68,2** | **382** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | 0,4 | 0,1 | 7,6 | 33 | 1,5 |
| **Итого** | **150** | **0,4** | **0,1** | **7,6** | **33** | **1,5** |
| **Обед** |
| 2009 | 167 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ СЧЕСНОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫММАСЛОМ | 50 | 0,4 | 2 | 2,3 | 29 | 1,1 |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 180 | 5,7 | 8,9 | 13,1 | 144 | 6,7 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 130 | 2,5 | 4,5 | 19,7 | 132 | 10,3 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ СОВОЩАМИ | 100 | 2,6 | 4,9 | 4,8 | 66 | 1,7 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОДЗАМОРОЖЕННЫХ | 180 | 0,1 | 0,1 | 19,8 | 80 | 0,5 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| **Итого** | **760** | **14,6** | **21** | **81,2** | **552** | **20,3** |
| **Полдник** |
| 2008 | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 50 | 9,3 | 10,8 | 22,4 | 203 | 1,1 |
|  |  | СНЕЖОК | 200 | 10 | 5,8 | 11,3 | 137 | 0 |
| **Итого** | **250** | **19,3** | **16,6** | **33,7** | **340** | **1,1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 4,5 | 9,6 | 31,4 | 246 | 1,1 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗКОНЦЕНТРАТА | 180 | 0 | 0 | 21,1 | 164 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,7 | 0,2 | 17,8 | 84 | 0 |
| **Итого** | **420** | **7,2** | **9,8** | **70,3** | **494** | **1,1** |
| **Всего** | **53,5** | **60,3** | **261** | **1801** | **24,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

