|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **30 мая 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** |
| 2012 | 234 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | 150 | 12 | 11 | 22 | 205 | 0,2 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 30 | 0,6 | 2,1 | 4,9 | 41 | 0,1 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 180 | 2,4 | 2,6 | 26,2 | 108 | 0,1 |
| **Итого** | **405** | **18** | **20** | **72,6** | **483** | **0,4** |
| **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** |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИФРИКАДЕЛЬКАМИ | 180 | 6,2 | 11,6 | 11,1 | 182 | 5,7 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 130 | 2,5 | 4,4 | 20,4 | 102 | 10,3 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ СОВОЩАМИ | 100 | 0,5 | 4,8 | 4,6 | 63 | 1,4 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ ЯГОДЗАМОРОЖЕННЫХ | 180 | 0,2 | 0,1 | 19,2 | 80 | 19,2 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,3 | 0,6 | 21,5 | 101 | 0 |
| **Итого** | **640** | **12,7** | **21,5** | **76,8** | **528** | **36,6** |
| **Полдник** |
| 2008 | 483 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 50 | 3,6 | 3,3 | 21,2 | 203 | 0 |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 6,2 | 9,1 | 116 | 1 |
| **Итого** | **250** | **9,2** | **9,5** | **30,3** | **319** | **1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 10,9 | 19,5 | 31,2 | 258 | 1,1 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗКОНЦЕНТРАТА | 180 |  |  | 24,4 | 98 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,8 | 0,2 | 18,3 | 86 | 0 |
| **Итого** | **420** | **13,7** | **19,7** | **78,9** | **442** | **1,1** |
| **Всего** | **54** | **60,8** | **261,2** | **1805** | **40,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

