

**МЕНЮ**  
20 января 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БҮТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	6,8	27,9	232	1,3
	ТК№- 035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
<b>Итого</b>			<b>421</b>	<b>8,3</b>	<b>10,9</b>	<b>43,3</b>	<b>328</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	153	0,6	0,6	14,8	66	0
<b>Итого</b>			<b>153</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,8</b>	<b>66</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	1,9
2012	73	РАССОЛЬНИК С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,8	8,6	10,5	151	5,4
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,5	10,5	0,1	135	0,4
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4	3,4	19,4	122	0
к/к	К/К	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,9	24	0
	ТК№- 021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,9	0,8	12,9	66	0
	ТК№- 016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,7	0,2	10,6	51	0
<b>Итого</b>			<b>713</b>	<b>25,7</b>	<b>26,4</b>	<b>63,4</b>	<b>595</b>	<b>7,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	40	*САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	50	1	2,6	3,9	42	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	18,7	17,7	18,1	231	5,35
	ТК№- 039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	97	0,9
	ТК№- 056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2	0,2	12,7	61	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,2	3,5	28,8	161	0
<b>Итого</b>			<b>468</b>	<b>26</b>	<b>24,1</b>	<b>87,1</b>	<b>592</b>	<b>6,25</b>
<b>Всего</b>				<b>60,6</b>	<b>62</b>	<b>208,6</b>	<b>1581</b>	<b>15,25</b>