



**Меню – раскладка
Сад 12 часов**

Наименование блюда и номер рецептурной карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Выход
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша пшенная №7	6,95	6,78	34,3	226,45	200
Хлеб с маслом №13	2,88	7,75	16,23	146,09	45
Чай сладкий №430	0,18	0,09	13,8	55,2	170/15
	10,01	14,62	64,33	427,74	
Обед					
Салат свекольный №16	0,70	4,05	6,72	66,14	60
Борщ на к/б	3,66	2,9	3,15	57,91	250
Плов с курицей №311	12,5	15,6	31,4	316,9	200
Кисель №33			19,97	66,88	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
	19,96	22,75	81,34	602,53	
Уплотненный полдник					
Суп молочный с вермишелью №106	7,160	8,222	30,642	217,544	250
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
Какао с молоком №433	2,8	2,4	23,7	128,4	200
Печенье	2,6	3,4	26	146	35
	15,66	14,222	100,442	586,644	
Итого:	45,63	51,592	246,112	1616,914	

**Меню – раскладка
Сад 12 часов**

Наименование блюда и номер рецептурной карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Выход
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша манная №184	7,4	9,4	35,3	251,0	200
Хлеб с маслом №13	2,88	7,75	16,23	146,09	45
Чай сладкий №430	0,18	0,09	13,8	55,2	170/15
	10,46	17,24	65,33	452,29	
Обед					
Салат степной из разных овощей №685	1,34	3,82	7,46	70,19	100
Суп гороховый №	2,9	2,42	3,7	48,32	150
Гуляш с вермишелью	11,38	6,79	22,02	260,34	150/80
Кисель №33			19,97	66,88	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
	18,72	13,23	73,25	540,43	
Уплотненный полдник					
Суп молочный с рисом №113	4	4,3	16,7	123,1	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
Какао с молоком №433	2,8	2,4	23,7	128,4	200
Вафли №55	4,80	1,50	26,3	18,00	30
	14,7	8,4	86,8	364,2	
Итого:	43,88	38,87	225,38	1356,92	

Меню – раскладка

Сад 12 часов

Наименование блюда и номер рецептурной карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Выход
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша пшенная №7	6,95	6,78	34,3	226,45	200
Хлеб с маслом №13	2,88	7,75	16,23	146,09	45
Чай сладкий №430	0,18	0,09	13,8	55,2	170/15
	10,01	14,62	64,33	427,74	
Обед					
Салат морковный №41	1,25	0,1	11,61	52,3	100
Суп харчо №632	6,28	12,64	3	187,06	200
Курица с отварной гречкой	16,92	21,32	33,9	443	200/175
Сок №442	1	0,2	19,75	85,79	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
	28,55	34,46	88,36	862,85	
Уплотненный полдник					
Вареники ленивые	14,14	7,92	14,18	187,91	200
Какао с молоком №433	2,8	2,4	23,7	128,4	200
Печенье	2,6	3,4	26	146	35
	19,54	13,72	63,88	462,31	
Итого:	58,1	62,8	216,57	1752,9	

Меню – раскладка

Сад 12 часов

Наименование блюда и номер рецептурной карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Выход
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша гречневая №9	7,39	6,78	30,5	213,17	200
Хлеб с маслом №13	2,88	7,75	16,23	146,09	45
Чай сладкий №430	0,18	0,09	13,8	55,2	170/15
	10,45	14,62	60,53	414,46	
Обед					
Салат из свежей капусты №15	1,03	4,06	6,03	63,51	60
Суп фасолевый №47	2,88	0,34	9,58	59,03	200
Гуляш с макаронами	11,38	6,79	22,02	260,34	150/80
Кисель №33			19,97	66,88	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
	18,39	11,39	77,7	544,46	
Уплотненный полдник					
Суп молочный с рисом №113	4	4,3	16,7	123,1	200
Пирожки с картошкой №46	6,00	9,00	33,0	243,00	60
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
Какао с молоком №433	2,8	2,4	23,7	128,4	200
	15,9	15,9	93,5	589,2	
Итого:	44,74	41,91	231,73	1548,12	

**Меню – раскладка
Сад 12 часов**

Наименование блюда и номер рецептурной карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Выход
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша дружба №190	7,3	6,7	34,4	226,5	200
Хлеб с маслом №13	2,88	7,75	16,23	146,09	45
Чай сладкий №430	0,18	0,09	13,8	55,2	170/15
	10,36	14,54	64,43	427,79	
Обед					
Салат степной из разных овощей №685	1,34	3,82	7,46	70,19	100
Борщ на к/б	3,66	2,9	3,15	57,91	250
Гуляш с макаронами	11,38	6,79	22,02	260,34	150/80
Сок №442	1	0,2	19,75	85,79	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
	20,48	13,91	72,48	568,93	
Уплотненный полдник					
Каша гречневая №9	7,39	6,78	30,5	213,17	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
Какао с молоком №433	2,8	2,4	23,7	128,4	200
Печенье	2,6	3,4	26	146	35
	15,89	12,78	100,3	582,27	
Итого:	46,73	41,23	237,21	1592,99	

**Меню – раскладка
Сад 12 часов**

Наименование блюда и номер рецептурной карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Выход
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша манная №184	7,4	9,4	35,3	251,0	200
Хлеб с маслом №13	2,88	7,75	16,23	146,09	45
Чай сладкий №430	0,18	0,09	13,8	55,2	170/15
	10,46	17,24	65,33	452,29	
Обед					
Салат витаминный №15	1,5	4,5	10,83	88,33	100
Суп фасолевый №47	2,88	0,34	9,58	59,03	200
Курица тушенная с перловкой	13,422	21,99	24,4	322,655	100/175
Кисель №33			19,97	66,88	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
	20,902	27,03	84,88	631,595	
Уплотненный полдник					
Суп молочный с гречкой	5,97	5,48	17,08	141,60	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
Какао с молоком №433	2,8	2,4	23,7	128,4	200
Яблоки	0,4	0,4	9,8	47	100
	12,27	8,48	70,68	411,7	
Итого:	43,632	52,75	220,89	1495,585	

**Меню – раскладка
Сад 12 часов**

Наименование блюда и номер рецептурной карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Выход
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша рисовая №184	6,1	9,5	39,5	267,6	220
Хлеб с маслом №13	2,88	7,75	16,23	146,09	45
Чай сладкий №430	0,18	0,09	13,8	55,2	170/15
	9,16	17,34	69,53	468,89	
Обед					
Салат свекольный №16	0,70	4,05	6,72	66,14	60
Суп рассольник №88	1,877	4,724	14,304	103,663	250
Гуляш с отварной гречкой	13,1	11,06	28,71	337,28	150/80
Сок №442	1	0,2	19,75	85,79	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
	19,777	20,234	89,584	687,573	
Уплотненный полдник					
Вареники ленивые	14,14	7,92	14,18	187,91	200
Какао с молоком №433	2,8	2,4	23,7	128,4	200
Вафли №55	4,80	1,50	26,3	18,00	30
	21,74	11,82	64,18	334,31	
Итого:	50,677	49,394	223,294	1490,773	

**Меню – раскладка
Сад 12 часов**

Наименование блюда и номер рецептурной карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Выход
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша гречневая №9	7,39	6,78	30,5	213,17	200
Хлеб с маслом №13	2,88	7,75	16,23	146,09	45
Какао с молоком №433	2,8	2,4	23,7	128,4	200
	13,07	16,93	70,43	487,66	
Обед					
Салат овощной	1,389	14,259	4,425	151,129	100
Суп гороховый №	2,9	2,42	3,7	48,32	200
Плов с курицей №311	12,5	15,6	31,4	316,9	200
Кисель №33			19,97	66,88	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
	19,889	62,479	79,595	677,929	
Уплотненный полдник					
Яйца вареные	4,9	4,5	0,3	61,3	40
Каша манная №184	7,4	9,4	35,3	251,0	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
Чай сладкий №430	0,18	0,09	13,8	55,2	170/15
	15,58	14,19	69,5	462,2	
Итого:	48,539	93,599	219,525	1627,789	

**Меню – раскладка
Сад 12 часов**

Наименование блюда и номер рецептурной карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Выход
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак					
Каша рисовая №184	6,1	9,5	39,5	267,6	220
Хлеб с маслом №13	2,88	7,75	16,23	146,09	45
Чай сладкий №430	0,18	0,09	13,8	55,2	170/15
	9,16	17,34	69,53	468,89	
Обед					
Салат из свежей капусты №15	1,03	4,06	6,03	63,51	60
Суп овощной №28	1,86	4,97	12,8	103,26	200
Жаркое по-домашнему №96	10,62	10,86	19,4	243,74	80
Сок №442	1	0,2	19,75	85,79	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
	17,61	20,29	78,08	590,95	
Уплотненный полдник					
Суп молочный с вермишелью №106	7,160	8,222	30,642	217,544	250
Пирожки с картошкой №46	6,00	9,00	33,0	243,00	60
Какао с молоком №433	2,8	2,4	23,7	128,4	200
Хлеб	3,1	0,2	20,1	94,7	40
	19,06	19,822	107,442	683,644	
Итого:	45,83	57,452	255,052	1743,484	

