Согласовано

Заведующий

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"

/В.Н. Антонов/

МЕНЮ

1 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,2	5,6	23,4	165	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/10	4,6	3,9	15,4	115	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,6	84	0,5
Итого			**410**	**12,7**	**11,9**	**51,4**	**364**	**1,1**
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Итого			**100**	**0,5**	**0,1**	**9,8**	**42**	**0,8**
Обед								
2008		ТОМАТ СОЛЕНЫЙ	30	0,3		0,7	4	3
2012	103	СУП МЯСНОЙ С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ	180	6,4	6,9	15,2	149	4,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	200	9,3	10,4	13,1	186	30,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	20
Итого			**640**	**19,3**	**17,7**	**56,4**	**466**	**57,5**
Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	50	5,1	4,8	29,8	182	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11	81	0,5
Итого			**250**	**8,2**	**7,4**	**40,8**	**263**	**0,6**
Ужин								
2012	211	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	160/10	18,3	12,6	24,9	289	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,3	33	0
Итого			**410**	**21,4**	**12,8**	**52,7**	**414**	**0,4**
Всего				**62,1**	**49,9**	**211,1**	**1549**	**60,4**