

Согласовано

Заведующий
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"

/В.Н. Антонов/

МЕНЮ**3 октября 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	5,7	5,9	19,7	156	0,6
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/10	4,6	3,8	15,4	115	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,5	84	0,5
Итого			410	13,2	12,1	47,6	355	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (КАПУСТА НОВЫЙ УРОЖАЙ)	45	0,7	2,5	4,5	43	5,5
2008	88	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С КВАШЕННОЙ КАПУСТОЙ	180/15/5	4,5	7,1	5,4	107	6,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	200	7,3	10,6	17,2	196	8,7
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	20
Итого			675	15,8	20,6	54,5	473	40,4
Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "СЮРПРИЗ" С МАРМЕЛАДОМ	50	4,9	4,9	34	199	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	10,5	9,8	43,3	304	1
Ужин								
2012	236	ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА С СЛАДКИМ СОУСОМ	160	19,4	14,3	30,3	332	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,3	33	0
Итого			400	22,6	14,5	58,7	460	0,4
Всего				62,6	57,1	214,2	1635	45