

Согласовано

Заведующий
 МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"
 /В.Н. Антонов/

**МЕНЮ**

13 августа 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	170	4,1	5	22,5	152	0,5
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	11,5	80	0,5
Итого			410	11,6	11,2	49,4	347	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								
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,4	2,1	2,5	31	0,6
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	7	8,4	13,7	160	4,7
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	200	9,4	10,4	13,1	187	30,4
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			650	20,1	21,3	56,7	505	55,7
Полдник								
2012	449	ОЛАДЬИ	65	5,5	7,5	34,2	227	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	10,6	76	0,5
Итого			265	8,4	9,9	44,8	303	0,5
Ужин								
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	160/10	12	9	22	219	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,7	31	0
Итого			390	15,2	9,2	49,8	345	0,3
Всего				55,8	51,7	210,5	1542	58,4