

Согласовано

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



МЕНЮ

20 сентября 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	170	4,9	5,3	25,2	169	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/9	2,3	8,3	15,5	146	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,6	2,1	11,3	76	0,5
Итого			409	9,8	15,7	52	391	0,9
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ И Я. ОДНЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Обед								
2012	58	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	4,8	8,1	10,6	139	5,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	200	7,3	10,6	17,2	195	8,7
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			610	15,4	19,1	55,2	461	34,4
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2008	435	КЕФИР	207	6	5,2	8,3	110	1,4
Итого			257	9,8	10,1	45,5	319	1,4
Ужин								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ	85/10	9,6	12	1,4	152	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11	81	0,5
Итого			335	15,8	14,8	32,5	328	0,6
Всего				51,3	59,8	195	1541	38,1