

Согласовано



Заведующий

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"

/В.Н. Антонов/

МЕНЮ

21 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	184	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,4	6,2	22,2	163	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/9	2,3	8,3	15,5	146	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,5	84	0,5
Итого			399	9,6	16,9	50,2	393	0,9
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	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,7	5	4,1	65	1,9
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/8	4,9	6,3	11,7	125	3,8
2008	129	РАГУ ОВОЩНОЕ	125	2,5	3,2	12,8	94	7,2
2008	287	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ И ПЕЧЕНИ С РИСОМ	60/20	8	5,3	8,4	117	3,7
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			693	19,4	20,2	64,4	528	36,6
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			230	6,4	5,9	32,5	211	1
Ужин								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,4	4,5	15,7	114	7,4
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	8,6	2,8	6,3	85	0,8
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			440	14,2	7,5	50,4	327	8,2
Всего				50,1	50,6	207,6	1502	48,7