

Согласовано

МДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"

Заведующий

/В.И. Антонов/

МЕНЮ

23 июля 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 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	12,5	84	0,5
Итого			410	12,7	11,9	51,3	364	1,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	132	0,5	0,5	13	62	13,3
Итого			132	0,5	0,5	13	62	13,3
Обед								
2008		ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	55	0,4	3,4	1,3	37	5,3
2012	103	СУП МЯСНОЙ С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ	180	6,4	6,9	15,2	150	4,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	200	9,3	10,4	13,1	187	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			665	19,4	21,1	57	501	59,8
Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	50	5,1	4,8	29,6	182	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11	81	0,5
Итого			250	8,2	7,4	40,6	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	34	0
Итого			410	21,4	12,8	52,7	415	0,4
Всего				62,2	53,7	214,6	1605	75,2