

Согласовано

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



МЕНЮ

23 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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,8	5,9	28,2	189	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,3	6,7	15,5	131	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,5	84	0,5
Итого			407	11	15	56,2	404	0,9
II Завтрак								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	0,1	6,8	31	1,2
Итого			60	0,7	0,1	6,8	31	1,2
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,4	6,4	7,7	110	9,7
2012	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	130	2,1	2,3	12,2	78	5,8
2008	283	ЁЖИКИ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ	70/30	9,9	11,2	10,2	184	1,4
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			640	19,7	20,3	57,5	499	36,9
Полдник								
2012	470	КРУАССАН С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ	50	3,4	3	27,1	149	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	10,6	76	0,5
Итого			250	6,3	5,4	37,7	225	0,5
Ужин								
2008	323	КАША ГОРОХОВАЯ	150	10,7	3,2	22,4	161	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,7	31	0
Итого			380	14,6	3,5	55,2	310	0
Всего				52,3	44,3	213,4	1469	39,5