

Согласовано

МДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"

Заведующий

/В.Н. Антонов/

# МЕНЮ

24 октября 2024 г.

## Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	170	5,8	6,5	22,2	171	0,6
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	12,5	84	0,5
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>13,3</b>	<b>12,7</b>	<b>50,1</b>	<b>370</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	45	0,7	2,5	3,4	39	3,9
2012	57	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	6	9,8	117	8,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,4	4,5	15,7	113	7,4
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/30	12,2	8,2	3,2	156	9,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	20
<b>Итого</b>			<b>685</b>	<b>23,3</b>	<b>21,6</b>	<b>59,5</b>	<b>552</b>	<b>48,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			19,3	77	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>3,8</b>	<b>4,9</b>	<b>56,5</b>	<b>286</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ С МАРМЕЛАДОМ	160	21,9	16,5	22	333	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,5	30	0
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>25,8</b>	<b>16,8</b>	<b>54,6</b>	<b>481</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>66,7</b>	<b>56,1</b>	<b>230,8</b>	<b>1732</b>	<b>52,2</b>