

Согласовано

МДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"

Заведующий

/В.И. Антонов/

МЕНЮ

29 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,2	5,6	23,4	165	0,5
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,6	84	0,5
Итого			400	10,4	8,9	51,4	328	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	30	САЛАТ ОВОЩНОЙ "ОЛИВЬЕ"	50	0,8	3,9	3,9	54	3,4
2012	103	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	180	5,9	6,4	15,1	143	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			660	19,3	21,1	59,5	511	57,9
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11	81	0,5
Итого			230	3,9	3,6	34,2	187	0,5
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ ПОВИДЛОМ	100/10	17,5	11,3	22,7	266	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,5	30	0
Итого			290	17,6	11,3	30,2	296	0,2
Всего				51,7	45,4	188,3	1384	72,9