

Согласовано

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



МЕНЮ

30 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	5,2	5,8	0,8	76	0
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,5	84	0,5
Итого			315	10,4	9,1	28,7	239	0,5
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	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	50	0,8	2,4	4,4	43	5,7
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	180/10/8	4,9	6,3	11,7	125	3,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,4	4,5	15,7	113	7,4
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ ГОВЯДИНЫ	70	14,8	5,9	5	147	10,4
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			678	26,2	19,5	64,2	555	47,3
Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА ВЕНСКАЯ	50	5,1	4,8	29,8	183	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	10,7	9,7	39,1	288	1,1
Ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,1	5,7	12,7	111	9,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,5	30	0
Итого			380	6	6	45,3	259	9,9
Всего				53,8	44,4	187,4	1384	60,8