

Согласовано

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



МЕНЮ

31 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	5,83	5,88	19,86	156,28	0,60
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/10	4,57	3,82	15,42	115,00	0,07
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,92	2,42	12,44	83,86	0,52
Итого			410	13,32	12,12	47,72	355,14	1,19
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008		ТОМАТ СОЛЕННЫЙ	30	0,33	0,00	0,72	4,20	3,00
2012	87	СУП РЫБНЫЙ	180	5,68	1,27	9,22	71,36	4,61
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР	200	7,43	10,80	17,10	195,75	8,77
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,20	24,77	20,00
Итого			640	16,75	12,51	54,44	398,06	36,38
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,42	1,26
Итого			230	8,97	9,40	44,40	303,92	1,26
Ужин								
2012	236	ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА С ЯБЛОЧНЫМ ПОВИДЛОМ	160	19,33	14,12	30,30	333,03	0,37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	7,41	30,09	0,02
Итого			390	23,27	14,43	62,80	481,53	0,39
Всего				62,81	48,56	219,46	1 581,65	41,22