

Согласовано

МДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"

Заведующий

/В.Н. Антонов/

МЕНЮ

8 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,1	5,7	23,5	166	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	10,3	14,8	51,5	381	0,9
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								
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	2,2	12,2	78	5,8
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ	70/30	9,9	11,2	10,3	185	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	20,2	57,6	500	36,9
Ужин								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	60	1,1	5,3	4,6	71	4,2
2012	258	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ	70	8,5	2,5	5,5	78	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,7	31	0
Итого			350	12,8	8	37,9	275	4,8
Всего				43,3	43,1	157,1	1199	44,6