МАДОУ "ЦРР Д/С №9"

МЕНЮ

16 апреля 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,31	6,21	26,84	185,11	0,51
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,59	2,15	11,33	75,71	0,46
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	29/5/6	3,34	6,09	14,74	127,59	0,02
Итого			**440**	**11,24**	**14,45**	**52,91**	**388,41**	**0,99**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	96	0,48	0,10	9,73	41,44	1,93
Итого			**96**	**0,48**	**0,10**	**9,73**	**41,44**	**1,93**
Обед								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	6,82	9,03	16,47	178,92	6,92
2012	305	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	68	8,12	8,53	1,96	116,94	0,47
2008	166	ОВОЩНОЙ ГАРНИР	97	3,82	6,91	10,82	123,26	36,56
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,70	26,78	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,40	0,45	21,79	104,85	0,00
Итого			**616**	**22,16**	**24,92**	**57,74**	**550,75**	**43,95**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	177	4,99	4,30	8,25	92,81	0,92
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	23	1,72	2,25	17,09	95,80	0,00
Итого			**200**	**6,71**	**6,55**	**25,34**	**188,61**	**0,92**
Ужин								
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	125	9,99	7,98	1,02	115,93	0,13
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	194	0,09	0,00	5,00	20,37	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,68	78,73	0,00
Итого			**352**	**12,62**	**8,19**	**22,70**	**215,03**	**0,15**
Всего				**53,21**	**54,21**	**168,42**	**1 384,24**	**47,94**

Отвественный за питание _____ Седова Кристина Илларионовна