

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №86"
Ивлиева Е.В./



МЕНЮ
4 апреля 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								
2012	413	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,8	5,4	26,5	174	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ	40/8	3	6,6	19,6	150	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,7	2,2	13,2	84	0,5
Итого			428	10,5	14,2	59,3	408	1,4
Обед								
к/к	к/к	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,1	4,9	4,3	66	1,6
2008	76	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,3	7,3	13,3	146	11,6
2012	336	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,4	15,5	21,3	275	10,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,4	0,4	21,5	104	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
Итого			710	22,2	28,1	68,2	622	24
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	5,7	4,9	9,4	106	1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	70	7,4	7,2	41,6	260	0,2
Итого			270	13,1	12,1	51	366	1,2
Ужин								
2012	237	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	150	21,1	16	16,9	299	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,8	94	0
к/к	к/к	КИСЕЛЬ	200			21,2	85	0
Итого			390	24,1	16,2	57,9	478	0,4
Всего				69,9	70,6	236,4	1874	26,7