МАДОУ "ЦРР Д/С №9"

МЕНЮ

4 марта 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								
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	3,79	3,62	30,71	169,99	0,10
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/4/4	3,36	5,34	15,59	124,21	0,01
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	1,32	1,43	14,88	77,76	0,07
Итого			**438**	**8,47**	**10,39**	**61,18**	**371,96**	**0,18**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,55	0,11	11,20	47,67	2,22
Итого			**111**	**0,55**	**0,11**	**11,20**	**47,67**	**2,22**
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	15	0,12	0,02	0,26	1,97	0,76
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200	5,70	9,06	12,64	156,18	16,05
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	167	9,52	13,19	31,92	284,63	1,21
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,03	20,13	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,18	0,42	20,35	97,90	0,00
Итого			**630**	**18,52**	**22,69**	**70,20**	**560,81**	**18,02**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	190	5,34	4,61	8,85	99,49	0,99
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	47	3,49	0,49	27,30	127,44	0,00
Итого			**237**	**8,83**	**5,10**	**36,15**	**226,93**	**0,99**
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	44	10,75	4,72	3,94	101,38	0,21
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	166	3,53	2,74	24,39	136,84	11,89
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	174	0,10	0,00	7,79	31,53	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,78	0,23	18,27	86,20	0,00
Итого			**420**	**17,16**	**7,69**	**54,39**	**355,95**	**12,12**
Всего				**53,53**	**45,98**	**233,12**	**1 563,32**	**33,53**

Отвественный за питание _____ Седова Кристина Илларионовна