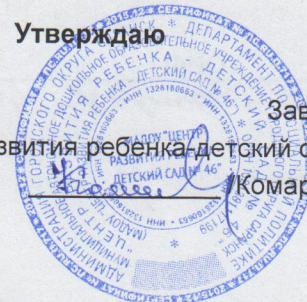


Утверждаю

Заведующая
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 46"
Комарова Н.Н./



МЕНЮ

28 марта 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 | 189 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 3,8 | 4,8 | 19,6 | 138 | 0,5 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35/6 | 2,6 | 6 | 18,1 | 137 | 0 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 2,2 | 1,7 | 12 | 73 | 0,4 |
| Итого | | | 371 | 8,6 | 12,5 | 49,7 | 348 | 0,9 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 34 | САЛАТ " БУРЯЧОК" | 50 | 0,4 | 4,2 | 2,8 | 52 | 2,3 |
| | | СУП "КРЕСТЬЯНСКИЙ " НА К/Б СО СМЕТАНОЙ | 180/9 | 3,6 | 5,3 | 7,8 | 98 | 6,2 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРИЦЫ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ | 65/30 | 9,2 | 11,5 | 9,3 | 177 | 0,6 |
| | | ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 5,5 | 4,7 | 24,9 | 163 | 0 |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ " | 180 | | | 8,4 | 34 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,1 | 101 | 0 |
| Итого | | | 694 | 22 | 26,1 | 74,3 | 625 | 9,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | ГРЕНКИ С СЫРОМ | 45/25 | 9,2 | 10,4 | 21,4 | 218 | 0,1 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 181 | 5,1 | 4,4 | 8,4 | 95 | 1 |
| Итого | | | 251 | 14,3 | 14,8 | 29,8 | 313 | 1,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 225 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С КИСЕЛЬНЫМ СОУСОМ. | 130/40 | 18,5 | 16,3 | 26,6 | 331 | 0,2 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ . | 200 | 0,1 | | 8,7 | 35 | 0 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,2 | 72 | 0 |
| Итого | | | 400 | 20,9 | 16,5 | 50,5 | 438 | 0,2 |
| Всего | | | | 65,8 | 69,9 | 204,3 | 1724 | 11,3 |

Шеф-повар

Агафонова Т.В.

АГАФОНОВА Т.В.