

Согласовано

Заведующий
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"

/В.И. Антонов/

МЕНЮ
4 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	5,7	5,9	19,7	156	0,6
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/10	4,6	3,9	15,4	115	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,5	84	0,5
Итого			410	13,2	12,2	47,6	355	1,2
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								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
2008	88	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С КВАШЕННОЙ КАПУСТОЙ	180/15/5	4,5	7,1	5,4	107	6,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	200	7,3	10,6	17,2	196	8,7
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	20
Итого			680	15,5	18,2	50,9	437	37,4
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			230	7,9	7,8	31,6	230	1
Ужин								
2012	236	ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА С СЛАДКИМ СОУСОМ	160	19,3	14,3	30,3	332	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,5	30	0
Итого			380	22,5	14,5	57,9	457	0,4
Всего				59,6	52,8	198,1	1522	42