

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №86"

Ивлиева Е.В./



**МЕНЮ**  
3 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	413	КАША ПШЕННАЯ	180	6	6,6	26,6	190	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/6	4,3	8,2	19,6	169	0
к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	12,6	87	0,5
<b>Итого</b>			<b>434</b>	<b>13,4</b>	<b>17,4</b>	<b>58,8</b>	<b>446</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	21,7	99	5,9
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>21,7</b>	<b>99</b>	<b>5,9</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,6	7,8	18,5	170	4,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	150/20	14,7	17,1	22,9	305	26,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,1	102	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>23,6</b>	<b>25,3</b>	<b>70,3</b>	<b>608</b>	<b>31</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	5,6	4,9	9,4	105	1
2008		ПРЯНИК	35	2	1,6	25,5	124	0
<b>Итого</b>			<b>235</b>	<b>7,6</b>	<b>6,5</b>	<b>34,9</b>	<b>229</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	150	10	3,9	20,9	159	0
2012	247	РЫБНАЯ КОТЛЕТА	70	8,2	6,3	2,7	101	0,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,2	95	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>21,4</b>	<b>10,5</b>	<b>51,9</b>	<b>387</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>67</b>	<b>59,9</b>	<b>237,6</b>	<b>1769</b>	<b>39,7</b>