

Утверждаю

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



МЕНЮ
26 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,4	2,9	13	93	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/6	2,5	6	17,2	133	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,8	2,3	13	85	0,5
Итого			371	8,7	11,2	43,2	311	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИНА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180/10	4,7	6,3	13,9	130	4,6
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	180	9,3	11,1	8,2	171	27,2
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "	180			9,7	39	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	80	0
Итого			589	16,6	17,7	48,3	420	31,8
Полдник								
		ПРЯНИК.	45	2,7	2,1	33,8	165	0
2008		ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.	170	4,8	4,2	7,7	96	1,2
Итого			215	7,5	6,3	41,5	261	1,2
Ужин								
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	61	1,2	5,4	4,7	72	4,2
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	120	16,6	9,9	4,7	175	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ.	180	0,1		8,9	36	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,2	0,2	14,2	67	0
Итого			389	20,1	15,5	32,5	350	4,5
Всего				53,7	50,9	180,7	1407	41,6

Шеф-повар Агафонова АГАФОНОВА Т.В.