

Утверждаю

МАОУ "Центр развития ребенка-детский сад №4"

Заведующая

Коновалова /Коновалова Мария Ивановна/

МЕНЮ

18 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (сад)	200	13,6	8,7	59,9	351	0
2008		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/8/6	4,7	8,3	19,6	172	0
2008	432	Кофейный напиток	200	0,1		10,3	42	0
Итого			454	18,4	17	89,8	565	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,100	100	0,3		6,5	33	0
Итого			100	0,3		6,5	33	0
Обед								
2008	95	Суп с клецками с курицей и сметаной	200	3,2	6,6	13,4	131	3
		ПОДЛИВ	20	0,6	0,1	3,8	18	0,4
2008	135	Картофельная запеканка с говядиной(сад)	230	14,1	18,6	18,1	295	8,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			10,7	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,4	100	0
Итого			700	21,1	25,7	66,4	587	12
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		Печенье к кофе	50					0
Итого			250	5,6	4,9	9,3	105	1
Ужин								
2008	214	Рыба под омлетом(сад)	210	6,1	12,6	2,1	146	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,3	0,5	19,2	91	0
2008	430	Чай с сахаром (сад)	200	0,1		8,1	32	0
Итого			450	9,5	13,1	29,4	269	0,2
Всего				54,9	60,7	201,4	1559	13,2

Бухгалтер *Сизова* Сизова Н.Н.

Шеф повар *Дерова* Дерова А.П.