

Согласовано

Заведующая
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"
/Гераськина ОД./



МЕНЮ

16 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189/1	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	200	4,8	6,3	20,5	159	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ (хлеб пшенич. формовой мука высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	30/6/6	3,6	6,8	14,6	134	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		6,3	26	0
Итого			442	8,5	13,1	41,4	319	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	100/1	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, свекла, морковь, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	4,6	8,4	8	131	8,1
2008	441	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	130	4,6	4,9	29,4	179	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР (куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	70	10,8	12,6	2,6	167	0,5
Итого			650	23,3	26,3	68	606	8,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	23	1,8	2,3	17,4	98	0
Итого			223	7,4	7,2	26,7	203	1
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО- ВЕРМИШЕЛИВАЯ. (творог 5,0% жирности, вермишель, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	160	17,5	15,1	7	238	0,3
2012	361	СОУС СЛАДКИЙ. (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	50			6,3	25	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,8	2,4	10,8	76	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			450	23,4	17,7	44,2	434	0,8
Всего				63,1	64,4	190,4	1605	13

Бухгалтер Ларина Е.Ю.

Повар Мисюра А.К.