

Утверждаю



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

МЕНЮ

14 марта 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		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	150	4,5	5,1	19,8	144	0,5
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ.	35/6/8	4,4	8,4	17,1	162	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,8	2,3	12	81	0,5
Итого			379	11,7	15,8	48,9	387	1,1
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180/10	4,7	6,1	13,8	129	4,6
2008	314	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	70	8,8	9,9	5,7	147	0,7
		КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,9	9,3	21,4	181	9,8
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "	180			8,5	34	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	79	0
Итого			609	19	25,6	65,9	570	15,1
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008		ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.	169	4,7	4,2	7,6	95	1,2
Итого			199	5,5	5,2	30,8	201	1,2
Ужин								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	65	0,9	1,4	4,7	35	2,3
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	120	15,9	10,1	4,7	174	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		11,1	45	0,6
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			395	19,2	11,7	35,6	325	3,2
Всего				55,4	58,3	181,2	1483	20,6

Шеф-повар

Агафонова

АГАФОНОВА Т.В.