

Утверждаю



Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад № 46"

Комарова Н.Н./

МЕНЮ

25 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,5	6,9	38,8	251	0
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/6/8	4,2	8,3	15,4	154	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
Итого			374	12,8	15,2	63,1	441	0,1
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								
		ПОМИДОРКА СОЛЕНАЯ	45	0,5		1,1	6	1,8
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180	6,6	5,5	19,5	154	3,8
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	180	9,9	10,8	25,9	241	13,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "	180			9,7	39	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			635	20,3	16,7	77,4	542	19,1
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	80	5	4	36	199	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			260	10	8,4	44,3	293	0,9
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННОЙ	130/20	19,3	13,8	28,7	320	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3	2,4	16,2	99	0,5
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			330	24,6	16,4	60	490	0,9
Всего				68,5	56,9	260	1831	24

Шеф-повар

Агафонова Т.В.

АГАФОНОВА Т.В.