

Утверждаю:

Заведующая ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./

МЕНЮ

14 Марта 2024г.

САД 12 часов

Сборник рецептов	№ тех. карты	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность, ккал	Вита- Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле Воды, г		

Завтрак

2010	30	Молочная пшённая каша	200	5,7	10,86	20,98	209,84	0,8
к\к	к\к	Какао на молоке	200	5,59	6,14	18,93	152,04	0,6
2010	181	Бутерброд с маслом.	40\6	3,8	7,4	13,6	136	0
		Итого:	446	15,09	24,4	53,51	497,88	1,4

2 Завтрак

		Итого:		0,5	0	7,3	31,0	1,4
--	--	---------------	--	------------	----------	------------	-------------	------------

Обед

2010	121	Борщ из свежей капусты с курицей, сметаной.	250\11	8	8,2	25	211,8	
2010	25	Плов с курицей	200	16,1\7,8	6,0\7,8	40,4\3,3	271\90,8	
2010	56	Компот из с\ф	200	0,35	0	16,63	66,65	
2010	41	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
		Свекольный салат с луком.	50					
		Итого:	761	36,55	22,4	81,53	742,25	

Полдник

2010	43	Молоко	200	5,6	4,9	9,4	116,0	
2010	24	Пирожок с капустой.	80	7,05	7,09	42,72	261	
		Итого:	280	12,65	11,99	52,12	377	

Ужин

2008	29	Молочный вермишелевый суп	200	4,4	5,2	11,5	96,0	
2010	90	Чай с сахаром.	200	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36	Хлеб пшеничный.	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
		Итого:	440	7,6	5,4	44,4	242,2	