

Согласовано

Заведующий  
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"  
/В.Н. Антонов/



## МЕНЮ

3 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,5	6,1	22,2	163	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/9	2,3	8,3	15,5	146	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,5	84	0,5
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>9,7</b>	<b>16,8</b>	<b>50,2</b>	<b>393</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,6	1,5	2	25	2,5
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/8	4,9	6,3	11,7	125	3,8
2008	129	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУПЫ	125	10,7	11,4	14,1	205	8,4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	20
<b>Итого</b>			<b>598</b>	<b>19,5</b>	<b>19,6</b>	<b>55,2</b>	<b>482</b>	<b>34,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>6,4</b>	<b>5,9</b>	<b>32,5</b>	<b>211</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,4	4,5	15,7	113	7,4
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	8,6	2,8	6,3	85	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,5	30	0
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>14,2</b>	<b>7,5</b>	<b>49,6</b>	<b>323</b>	<b>8,2</b>
<b>Всего</b>				<b>50,3</b>	<b>49,9</b>	<b>197,6</b>	<b>1452</b>	<b>46,8</b>