

Согласовано

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



МЕНЮ

14 мая 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,2	5,6	23,4	165	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30/10	4,6	3,8	15,4	115	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,9	2,4	12,6	84	0,5
Итого			410	12,7	11,8	51,4	364	1,1
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
2012	103	СУП МЯСНОЙ С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ	180	6,4	6,8	15,2	149	4,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	200	9,3	10,4	13,2	187	30,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,2	25	20
Итого			660	19,4	17,7	56,7	470	57
Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	50	5,1	4,8	29,7	182	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11	81	0,5
Итого			250	8,2	7,4	40,7	263	0,6
Ужин								
2012	211	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	160/10	18,3	12,6	24,9	289	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,5	30	0
Итого			390	21,4	12,8	51,9	411	0,4
Всего				62,2	49,8	210,5	1550	59,9