

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад №1" Теремок
/Антипина Н.Ю./

МЕНЮ

5 августа 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	1,37	6,80	1,98	74,93	0,22
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,38	1,31	23,13	117,90	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	11	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	175/5	0,03	0,00	11,36	45,54	0,01
Итого			396	4,88	16,41	36,57	313,37	0,23
II Завтрак								
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	7,96	8,44	9,53	146,00	4,92
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4,24	4,93	27,02	169,63	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,73	0,04	18,44	77,64	0,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	70/50	8,95	9,76	4,68	142,38	1,10
Итого			675	24,53	23,52	76,63	617,23	6,25
Полдник								
1994		Рыба (филе) тушённая в томате с овощами	85/100	5,72	4,64	1,82	72,25	1,03
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	195	1,59	1,72	13,89	77,81	0,30
Итого			410	9,56	7,23	31,13	228,66	1,33
Всего				38,97	47,16	144,33	1 159,26	7,81

ст. медсестра _____ Васина Е.Ю.

повар _____ Бабашкина В.Л.