

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

6 августа 2024 г.

Сад 10 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,51	2,56	0,00	33,61	0,07
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,79	5,01	19,54	143,60	0,84
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008	189	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,69	6,05	7,19	99,01	0,68
Итого			425	13,62	14,64	44,72	367,92	1,59
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	195	6,70	7,26	7,47	122,24	7,40
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	125	2,77	5,40	28,92	175,26	0,00
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/35	9,41	11,95	5,38	166,70	0,23
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,37	1,03	2,02	18,99	0,50
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	26	0,21	0,03	0,64	3,59	2,56
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	170	0,23	0,05	16,46	67,66	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			711	22,34	26,07	77,85	636,02	10,69
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	100/35	18,52	11,08	35,52	315,95	13,00
		КИСЕЛЬ ВАЛЕТЕК	188	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,48	0,48	11,80	56,61	12,05
Итого			443	19,00	11,56	47,32	372,56	25,05
Всего				55,46	52,37	179,79	1 419,50	39,33

ст. медсестра _____ Васина Е.Ю.

повар _____ Бабашкина В.Л.