

Утверждаю



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

МЕНЮ

19 августа 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	1,25	6,65	1,77	72,20	0,20
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	425/5	0,89	0,93	13,04	64,27	0,17
Итого			615	4,49	16,75	30,33	290,07	0,37
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	6,92	6,75	8,84	123,85	4,51
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,39	4,73	27,97	172,18	0,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/50	8,83	10,01	4,15	142,09	0,75
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,17	0,02	0,52	2,93	2,09
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	175	0,00	0,00	11,56	46,21	0,00
Итого			685	22,96	21,86	70,00	568,84	7,35
Полдник								
1994		РЫБА, ТУШЕНАЯ, С ОВОЩАМИ	110/100	6,67	3,33	2,20	66,10	1,54
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	155	0,05	0,00	10,87	43,60	0,01
Итого			395	8,97	4,20	28,49	188,30	1,55
Всего				36,42	42,81	128,82	1 047,21	9,27

ст. медсестра _____ Васина Е.Ю.

повар _____ Бабашкина В.Л.