

Утверждаю

Заведующая
МДОУ - детский сад „Солнышко“
/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

20 ноября 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ	195	6,4	6,4	27,6	195	0,6
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	195	3,5	2,9	16,8	109	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	19,7	154	0
Итого			437	12,9	16,3	64,1	458	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	92	СУП КУЛЕШ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5	5,9	14,4	137	4,7
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	11,6	25,9	6,6	306	0,4
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	130	3,8	4,8	24,1	155	11,5
2008	411	КИСЕЛЬ	198			26,8	107	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,9	96	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	23	0,2		0,4	3	1,2
Итого			658	23,7	37	92,2	804	17,8
Уплотнённый полдник								
2008	177	ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ	170	5,7	6,3	22,5	171	22,2
		СОУС ПОЛЬСКИЙ	50	3,5	6,6	6,2	100	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,7	39	0
2008		БАТОН	39	3	1,2	19,6	101	0
2008		БАНАН 1/2	50	0,8	0,3	10,5	48	5
Итого			489	13	14,4	68,5	459	27,2
Всего				50,1	67,8	234,9	1764	48,2

шеф - повар _____ Коржина В.В.