Утверждаю

заведующий детским садом
"Детский сад №26"
_____ /Осипова Любовь Васильевна/

МЕНЮ

24 сентября 2020 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,9		36	0
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛОКОМ	120	21,6	16,8	30,1	362	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ	235	0,2		11,5	47	0
2008		Батон нарезной невский1с	29					0
Итого			**389**	**21,8**	**20,7**	**41,6**	**445**	**0,3**
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	130	1,9	0,6	27,3	125	13
Итого			**130**	**1,9**	**0,6**	**27,3**	**125**	**13**
Обед								
2012	77	СУП РЫБНЫЙ	250	8,4	4,3	13	125	5,1
2008	265	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	180	10,1	9,9	26,2	235	0,7
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	27	0,3	0,1	1	7	6,7
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,8	52	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			11	44	0
Итого			**682**	**20,5**	**14,5**	**62**	**463**	**12,5**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО	155	4,4	3,8	7,3	81	0,8
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	115	4,5	3,7	20,1	131	0
Итого			**270**	**8,9**	**7,5**	**27,4**	**212**	**0,8**
Всего				**53,1**	**43,3**	**158,3**	**1245**	**26,6**

старшая медсестра _____ Провада Людмила Анатольевна