

Согласовано

Заведующий  
МБДОУ  
Каменева Л.В /**МЕНЮ**

2 мая 2024 г.

**Сад 12 часов**

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ САХАРОМ (макаронные изделия высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	5,4	4,7	39,8	223	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок чай черный байховый)	180	0,1		11,6	47	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>5,5</b>	<b>4,7</b>	<b>51,4</b>	<b>270</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ( )	100					0
<b>Итого</b>			<b>100</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/Б (мука пшеничная высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое яйца куриные (шт ), вода питьевая, соль йодированная, картофель морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, свиная мясная)	200	11,7	23,7	20,1	342	3,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста)	150	16,9	16,1	13,4	266	5
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	25	0,2		0,4	3	1,3
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (сухофрукты (смесь) сахар песок вода питьевая)	180			14	56	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>595</b>	<b>31,4</b>	<b>40,2</b>	<b>64,9</b>	<b>749</b>	<b>10</b>
<b>Полдник</b>								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, лимонная кислота)	100	4,2	8,1	10,1	130	0
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт ))	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2.5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	180	4,2	3,4	18,9	124	0,7
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>15,9</b>	<b>16,4</b>	<b>46,3</b>	<b>397</b>	<b>0,7</b>
<b>Ужин</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр. сахар песок лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,1	0,1	27,9	113	2
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,8	1,4	22,5	110	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>1,9</b>	<b>1,5</b>	<b>50,4</b>	<b>223</b>	<b>2</b>
<b>Всего</b>				<b>54,7</b>	<b>62,8</b>	<b>213</b>	<b>1639</b>	<b>12,7</b>

Медсестра

Конева Е.М