

Согласовано

Заведующий
МБДОУ
/Каменева Л.В /

МЕНЮ

18 ноября 2024 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,9	6,8	29,7	204	0,5
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен мука высш сорт обог. микронутриентами)	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		12,9	52	0
Итого			430	9,1	16,3	63,3	436	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА М/Б (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, пшено)	200	3,4	4,5	23,9	150	7,7
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая)	150	17,9	13,7	27,7	306	11
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	25	0,2		0,4	3	1,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			13,9	56	0
Итого			595	24,1	18,6	82,9	597	20
Полдник								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,9	4,4	0,3	60	0
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, капуста белокочанная, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота)	100	2,6	5,3	5,7	79	11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		12,9	52	0
Итого			360	10,2	10,1	35,9	273	11
Ужин								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩ. (какао-порошок, сахар песок, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	180	2,1	2,1	22,4	117	0,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ ()	30					0
Итого			210	2,1	2,1	22,4	117	0,1
Всего				46	47,2	214,4	1466	33,6

Медсестра

Конева Е.М