

Утверждаю

заведующий
МДОУ Кожласолинский детский сад
_____/Васюкова В.И./

МЕНЮ

1 апреля 2024 г.

Сад 10 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|---------------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 180 | 4,3 | 4,5 | 26,7 | 165 | 0,3 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,3 | 1,9 | 13,9 | 82 | 0,4 |
| 2012 | | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 40 | 2,2 | 6,7 | 14,7 | 128 | 0 |
| Итого | | | 400 | 8,8 | 13,1 | 55,3 | 375 | 0,7 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 180 | 7,7 | 5,8 | 30,7 | 208 | 4,2 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 0,8 | 0,1 | 5,3 | 26 | 0 |
| 2008 | 40 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 100 | 0,5 | | 0,8 | 6 | 7,5 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 200 | 9,3 | 7,4 | 18,5 | 179 | 9,6 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 30 | 1,6 | 0,1 | 10,2 | 48 | 0 |
| Итого | | | 720 | 19,9 | 13,4 | 75,2 | 506 | 21,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 229 | ЗАПЕКАНКА С МАСЛОМ | 150 | 16,2 | 12 | 12,2 | 224 | 0,2 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 |
| Итого | | | 330 | 16,4 | 12 | 22,3 | 265 | 0,2 |
| Всего | | | | 46,1 | 38,7 | 173 | 1232 | 26,2 |

Иванова А.Р. _____

старший повар _____ Ефимова А.М.