

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 апреля 2024 г.

Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,7	4,2	19,5	131	0,3
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	2,3	0,9	14,8	76	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		10,3	41	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
Итого			400	11,2	9,7	44,9	311	0,3
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2008	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,8	5,7	18,7	140	16
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,3		1,1	6	4,2
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	5,4	4,8	8,4	99	4,3
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,8	0,1	5,2	25	0
2008	411	КИСЕЛЬ	200			19	76	0
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	70	12,3	8,5	3,8	140	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	3,6	0,3	23,8	112	0
Итого			690	25,2	19,4	80	598	24,7
Полдник								
2012	90	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ ПРОТЕРТЫЙ	180	5,9	6,7	21,7	173	0,9
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		10,1	41	0
Итого			360	6,1	6,7	31,8	214	0,9
Всего				44	36,3	177,7	1219	35,9

Иванова А.Р. _____

старший повар _____ Ефимова А.М.