

Утверждаю

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

МЕНЮ 9 апреля 2024 г.

Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая	Вита-мин С, мг
				Белк и, г	Жиры, г	Угле-воды,		
Завтрак								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,7	1,5	12,1	68	0,3
2012	417	КАША ПШЕННАЯ	180	3,9	4,1	21,6	139	0,2
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,2	6,6	14,3	125	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
Итого			430	12,9	16,8	48,3	395	0,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ	180	2,2	5,5	12,4	111	9,5
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	12,7	12,8		166	0,5
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	50	0,8	0,1	1,6	10	1
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,3	2,1	27,4	146	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	3,5	0,3	22,8	108	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,8	0,1	4,9	24	0
Итого			670	24,3	20,9	78,8	604	11
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА	80	5,5	7	30,2	205	0
2008		БИОКЕФИР	180	5,3	4,5	7,3	96	1,3
Итого			260	10,8	11,5	37,5	301	1,3
Всего				48,4	49,6	174,4	1347	22,8

Иванова А.Р. _____

старший повар _____ Ефимова А.М.