

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 апреля 2024 г.

Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическа я ценность	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ	180	3,7	4,2	21,5	139	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,6	3,9	14,8	113	0,1
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		10,3	41	0
Итого			400	8,4	8,1	46,6	293	0,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	15,5	74	15,8
Итого			100	0,6	0,6	15,5	74	15,8
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	180	2	6,3	10,7	111	10,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,1	2,8	17,1	103	8,6
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,4		16,1	67	0,2
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	0,5	2	0,8	24	7,6
2008	228	РЫБА ОТВАРНАЯ С ОВОЩАМИ	64	9,4	3,2	1,3	72	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	3,6	0,3	23,8	112	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,8	0,1	5,2	25	0
Итого			714	18,8	14,7	75	514	27,8
Полдник								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6,5	6,8	21,3	174	0,9
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,2		8,2	33	0
Итого			360	6,7	6,8	29,5	207	0,9
Всего				34,5	30,2	166,6	1088	44,9

Иванова А.Р. _____

старший повар _____ Ефимова А.М.