

Согласовано

МДОУ "Детский сад №78 комбинированного вида"
/Власова Т.Н./



МЕНЮ
5 июня 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 НЕЖНОСТЬ	160	5,2	6,5	21,6	166	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,2	1,2	21,9	112	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3	2,5	11,7	82	0,5
Итого			408	11,4	16,8	55,3	420	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,2	74	0
Итого			150	0,8	0,2	16,2	74	0
Обед								
2012	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,7	9,1	13,2	216	16,3
2008	306	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	11,1	16,7	33,6	328	1,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			560	21,1	26,2	76,1	679	18
Полдник								
2008		ГРЕНКА С СЫРОМ	50	5,8	4,7	21,2	151	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			250	11,4	9,6	30,5	256	1
Ужин								
2008	285	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	4,9	6,2	21,9	162	0
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	10,7	4,4	5,6	105	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	19	90	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
Итого			440	18,6	10,8	54,5	389	0,5
Всего				63,3	63,6	232,6	1818	20,5