

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

МЕНЮ
 30 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,9	6,3	21,6	164	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,2	0,1	65	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3,1	1,2	21,1	107	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,5	84	0,5
Итого			408	11	17,1	55,3	420	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	16,7	76	0
Итого			150	0,8	0,2	16,7	76	0
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,7	8,5	13,8	210	3,2
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	150	11,7	14,2	11,1	269	33,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,7	0,5	23,7	114	0
Итого			600	21,1	23,2	55,4	620	36,8
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3	3,9	31,6	167	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			230	8,6	8,8	40,9	272	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3		2,5	11	0,6
2012	268	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	180	13,9	11	2,6	227	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,2	18,1	85	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	17	11,2	30,3	342	1
Всего				58,5	60,5	198,6	1730	39,8