Утверждаю

Заведующий
МДОУ №6 "Ленок"
_____/Торунцова Э.В./

МЕНЮ

30 мая 2023 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	9	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	21,4	13,6	14,5	269	0,7
	67	МОЛОКО СГУЩЕНОЕ С САХАРОМ	30	2,2	2,3	15,4	91	0,1
2010	44	ЧАЙ	180	0,2			1	0
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	2,8	1	19,7	101	0
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,3	0,1	66	0
Итого			**375**	**26,7**	**24,2**	**49,7**	**528**	**0,8**
II Завтрак								
2008		ГРУША	180	0,7	0,5	18,5	85	9
Итого			**180**	**0,7**	**0,5**	**18,5**	**85**	**9**
Обед								
	82	ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	30	0,3		0,6	5	0
2010	19	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ, КАРТОФЕЛЕМ	200	4,4	5,7	7,5	86	8,4
	52	ПЛОВ	180	13,8	17,5	36,3	305	0,3
2008	51	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	20,2	97	79,2
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,1	0,4	12,6	63	0
Итого			**625**	**21,2**	**23,9**	**77,2**	**556**	**87,9**
Полдник								
2010	57	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	180	4,7	4,3	18,5	135	0,6
	75	БАТОН С ПОВИДЛОМ (ДЖЕМОМ)	35/20	3	1	38,2	172	0,6
Итого			**235**	**7,7**	**5,3**	**56,7**	**307**	**1,2**
Всего				**56,3**	**53,9**	**202,1**	**1476**	**98,9**

Старшая мед.сестра _____ Белянина Е.П.