

Утверждаю

Старший воспитатель  
МДОУ №6 "Ленок"  
/Воронина О.Г./

# МЕНЮ

8 августа 2023 г.

## Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	9	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	19,9	12,3	19,9	276	0,6
	67	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	30	2,4	2,6	16,8	99	0,3
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		10,7	43	0
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	38	2,7	0,9	18,6	95	0
2017	72	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	5,1	5,3		69	0,1
<b>Итого</b>			<b>388</b>	<b>30,2</b>	<b>21,1</b>	<b>66</b>	<b>582</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
	83	ЯБЛОКО	180	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
	82	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ ПОРЦИОННЫЕ	45	0,4	0,1	0,9	7	0
2010	19	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ, КАРТОФЕЛЕМ	200	4,2	5,1	7,3	80	7,7
	52	ПЛОВ	180	14	16,6	37,1	302	0,3
2010	45	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2		14,7	61	1,1
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,2	0,4	13,4	67	0
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>21</b>	<b>22,2</b>	<b>73,4</b>	<b>517</b>	<b>9,1</b>
<b>Полдник</b>								
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,4	6	8,8	112	1
	75	БАТОН С ПОВИДЛОМ ( ДЖЕМОМ)	38/25	2,8	0,9	39,2	174	0,3
<b>Итого</b>			<b>243</b>	<b>8,2</b>	<b>6,9</b>	<b>48</b>	<b>286</b>	<b>1,3</b>
<b>Всего</b>				<b>59,8</b>	<b>50,6</b>	<b>197,2</b>	<b>1432</b>	<b>21,4</b>

Заведующий хозяйством

*А. С.*

Смылова А.В.