

Утверждаю



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

МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	4	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	6,5	19,8	158	0,5
2010	48	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	17,1	127	0,7
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,1	0,7	14,3	73	0
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,3	0,1	66	0
Итого			400	11,1	19	51,3	424	1,2
II Завтрак								
	83	ЯБЛОКО	180	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			180	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
	27	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	35	0,2		0,8	4	3,1
	20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С МЯСОМ	200	4,9	4,5	16,2	112	0,3
	39	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	13,4	16,8	20,7	231	0,7
2008	51	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	19,7	95	79,2
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,1	0,4	12,4	62	0
Итого			630	21,2	22	69,8	504	83,3
Полдник								
2010	57	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	180	4,5	4,2	18	132	1,5
	73	БАТОН СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	35/25	4,3	2,9	30,4	166	0,1
Итого			240	8,8	7,1	48,4	298	1,6
Всего				41,5	48,5	179,3	1273	96,1

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.