

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №6 "Ленок"

Торунцова Э.В. /

МЕНЮ

23 июля 2024 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	2	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,66	13,50	25,33	242,22	0,54
2010	47	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,95	4,22	19,01	130,54	0,73
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	1,98	0,69	13,83	70,71	0,00
2017	72	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	4,46	4,59	0,00	60,51	0,12
Итого			405	15,05	23,00	58,17	503,98	1,39
II Завтрак								
2010	57	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	180	5,79	5,36	23,14	169,29	1,93
Итого			180	5,79	5,36	23,14	169,29	1,93
Обед								
	70	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ	30	0,33	0,06	1,14	7,20	7,50
	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (С ЯИЧНЫМИ ХЛОПЬЯМИ)	200	7,05	9,69	17,43	186,10	1,00
2010	24	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,71	10,59	29,49	232,24	0,00
2010	62	КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ) ИЗ ПТИЦЫ	70	10,82	12,02	10,12	192,61	0,97
2010	45	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,18	0,12	15,50	64,87	1,63
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	3,11	0,57	18,67	93,34	0,00
Итого			645	26,20	33,05	92,35	776,36	11,10
Полдник								
	46	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,26	5,80	8,53	108,83	0,97
	75	БАТОН С ПОВИДЛОМ (ДЖЕМОМ)	38/25	2,95	0,93	62,43	263,83	1,47
Итого			243	8,21	6,73	70,96	372,66	2,44
Всего				55,25	68,14	244,62	1 822,29	16,86

Старшая медицинская сестра

Белянина Е.П.