

Утверждаю

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



МЕНЮ
12 июля 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	1	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,64	6,39	20,39	158,64	0,52
2010		ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180	2,98	3,10	15,25	101,62	0,56
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	38	3,08	1,08	21,52	110,00	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,11	8,06	0,16	73,55	0,00
Итого			408	10,81	18,63	57,32	443,81	1,08
II Завтрак								
	80	СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 1,0 л	150	0,42	0,08	8,22	35,69	1,66
		СОК (НЕКТАР) ФРУКТОВЫЙ 0,2 л	200	0,40	0,08	8,08	36,80	1,60
Итого			350	0,82	0,16	16,30	72,49	3,26
Обед								
	20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С МЯСОМ	200	4,93	4,81	16,37	114,91	0,33
	52	ПЛОВ	180	13,87	18,17	36,30	310,84	0,30
	43	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	4,25	0,77	25,52	127,60	0,00
Итого			600	23,05	23,75	89,81	599,79	0,63
Полдник								
	71	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,25	0,08	19,67	81,74	16,00
	78	ПЕЧЕНЬЕ	30	1,92	5,04	20,55	135,30	0,00
Итого			210	2,17	5,12	40,22	217,04	16,00
Всего				36,85	47,66	203,65	1 333,13	20,97

Заведующий _____ Торунцова Э.В.