

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №6 "Ленок"

Торунцова Э.В.



# МЕНЮ

18 июля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	10	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6,72	8,22	20,04	182,40	0,95
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	10,50	42,24	0,01
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30	1,93	0,68	13,45	68,75	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,15	10,88	0,21	99,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,87</b>	<b>19,78</b>	<b>44,20</b>	<b>392,69</b>	<b>0,96</b>
<b>II Завтрак</b>								
	81	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОШКА"	100	0,00	0,00	10,44	42,85	11,00
	78	ПЕЧЕНЬЕ	30	1,92	5,04	20,55	135,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>1,92</b>	<b>5,04</b>	<b>30,99</b>	<b>178,15</b>	<b>11,00</b>
<b>Обед</b>								
	58	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ	200	5,60	8,77	16,92	156,08	0,43
	84	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	180	13,61	16,29	15,89	209,53	10,96
		КОМПОТ ИЗ ЯГОД	180	0,15	0,04	15,59	61,75	0,68
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	4,40	0,80	26,40	132,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>595</b>	<b>23,76</b>	<b>25,90</b>	<b>74,80</b>	<b>559,36</b>	<b>12,07</b>
<b>Полдник</b>								
2010		ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180	3,41	3,62	15,84	110,46	0,64
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	38	2,44	0,86	17,04	87,08	0,00
2017	72	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	8,93	9,20	0,00	121,20	0,24
<b>Итого</b>			<b>243</b>	<b>14,78</b>	<b>13,68</b>	<b>32,88</b>	<b>318,74</b>	<b>0,88</b>
<b>Всего</b>				<b>49,33</b>	<b>64,40</b>	<b>182,87</b>	<b>1 448,94</b>	<b>24,91</b>

Заведующий \_\_\_\_\_ Торунцова Э.В.