

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 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		
Завтрак								
2010	4	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,81	9,05	21,45	191,41	0,69
2010	48	КАКАО С МОЛОКОМ	180	6,00	6,21	19,69	160,65	0,95
	49	БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	38	3,34	1,17	23,31	119,17	0,00
2017	76	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,13	9,67	0,19	88,26	0,00
Итого			408	15,28	26,10	64,64	559,49	1,64
II Завтрак								
	83	ЯБЛОКО	180	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			180	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
	20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С МЯСОМ	200	4,76	4,49	16,07	110,75	0,33
		ГРЕЧА С МЯСОМ (с 01.01. по 30.08.)	180	16,49	14,39	33,81	283,39	0,56
2008	51	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	19,89	95,38	79,20
	26	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	3,08	0,56	18,48	92,40	0,00
Итого			595	24,92	19,68	88,25	581,92	80,09
Полдник								
	11	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,68	2,70	4,91	46,90	0,07
	96	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЙ	130	22,03	13,75	27,50	326,80	0,62
2010		ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180	3,97	4,14	16,78	121,30	0,74
Итого			340	26,68	20,59	49,19	495,00	1,43
Всего				67,28	66,77	211,88	1 683,41	93,16

Заведующий _____ Торунцова Э.В.