

Согласовано

Заведующая детским садом
МАДОУ "Детский сад" "Успех"
Фролова Татьяна Васильевна/

МЕНЮ

18 апреля 2022 г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ ДИЕТ.ПИТАНИЕ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	
2008	2	БУТЕРБРОД СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	35/16	3,8	1,9	25,5	135	
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,1	1	
Итого			271	9	6,5	25,9	199	
II Завтрак								
2012	398	НАПИТОК ИЗ КАРКАДЭ	100			9,7	39	
Итого			100			9,7	39	
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	85	0,7	9,7	11,1	134	
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	8,2	18,2	21,5	283	
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130	11,3	16,5	13,1	245	
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			9,7	39	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого			575	22,4	44,6	70	770	
Полдник								
		РОГАЛИК	40	3,1	4,2	22,2	139	
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,8	0,2	15,8	69	
Итого			200	3,9	4,4	38	208	
Ужин								
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,8	39	
2008		РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	
2008		ИЗЮМ	20	0,5	0,1	12,8	55	
2008	212	МАКАРОННИК	170	9,4	21,2	37,6	247	
Итого			410	12,6	21,7	77,2	552	
Всего				47,9	77,2	220,8	1639	45

завхоз  Плеханова Марина Павловнамед.сестра  Шевелева Ирина Владимировнаповар  Ипатьева Анна Анатольевна