Согласовано

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

МЕНЮ

20 апреля 2022 г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ ДИЕТ.ПИТАНИЕ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗ МОЛОКА С САХАРОМ	150/5	2,5	8,8	20,8	102	
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,4	0,3	14,7	71	
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,3	2,9		40	
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ ,ЛИМОНОМ	180/0/6	0,1		9,9	21	
Итого			**380**	**7,3**	**12**	**45,4**	**234**	
II Завтрак								
2008		ГРУША ЗАПЕЧЕННАЯ	100	0,4	0,3	9,3	42	
Итого			**100**	**0,4**	**0,3**	**9,3**	**42**	
Обед								
2012	42	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	55	1		17,1	30	
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	2,9	20,1	18,7	199	
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	190	15,2	39,3	16	194	
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			9,7	35	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого			**650**	**21,3**	**59,6**	**76,1**	**527**	**45**
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,5	3,7	5,5	70	
Итого			**210**	**5,8**	**6,6**	**27,8**	**195**	
Ужин								
2008	191	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ИЗЮМОМ	155	9,1	24,5	32,9	199	
2008		КЕФИР С САХАРОМ	185	4,9	4,3	16,5	100	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	
Итого			**380**	**16,6**	**29,2**	**66,4**	**381**	
Всего				**51,4**	**107,7**	**225**	**2079**	**45**

завхоз _____ Плеханова Марина Павловна

мед.сестра _____ Шевелева Ирина Владимировна

повар _____ Ипатьева Анна Анатольевна