Согласовано

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

МЕНЮ

27 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								
2012	415	КАША РИСОВАЯ	150	4,3	11,4	28,7	233	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,4	0,3	14,7	71	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185			9,7	39	
Итого			**375**	**6,8**	**20**	**53,2**	**418**	
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР С САХАРОМ	110	2,8	2,4	13,9	91	
Итого			**110**	**2,8**	**2,4**	**13,9**	**91**	
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,7	9,7	1,8	97	
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6,2	13,4	20,4	227	
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	85	12,4	17,5	8,6	240	
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	105	3,6	1	16,5	89	
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И КУРАГИ	180	0,7	0,1	20,2	86	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	
Итого			**610**	**25,9**	**41,9**	**82,6**	**810**	
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,8	64	
		РОГАЛИК	40	2,7	3,8	20	125	
Итого			**190**	**3,5**	**4**	**34,8**	**189**	
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	95	31,7	19,6	26,5	410	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	
2008		ЯБЛОКО	97	0,4	0,4	9,5	46	
Итого			**412**	**34,8**	**20,4**	**62,9**	**578**	
Всего				**73,8**	**88,7**	**247,4**	**2086**	

завхоз _____ Плеханова Марина Павловна

мед.сестра _____ Шевелева Ирина Владимировна