

Согласовано

Заведующий

МБДОУ ДС "Зоренька" г.Волгодонска

/Колбешкина Е.Н./

# МЕНЮ

22 марта 2024 г.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008/П	65	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ «ГЕРКУЛЕСА» ЖИДКАЯ	200	8,4	9,4	30,4	238	0,9
2008/П	176	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВЫРИАНТ)	200	3	2,4	20,4	115	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,2	0,3	15,3	73	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	19	4,4	5,6		69	0,1
<b>Итого</b>			<b>454</b>	<b>18</b>	<b>17,7</b>	<b>66,1</b>	<b>495</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008/П	174	КЕФИР	165	4,7	4	6,4	81	0,5
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>4,7</b>	<b>4</b>	<b>6,4</b>	<b>81</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008/П	22	СВЕКОЛЬНИК	200	1,9	4,1	13,5	89	6,1
2008/П	106	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	18,7	19,1	16,9	191	8,8
2008	166	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ	200	0,3		23,2	81	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,6	17,1	90	0
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>24,2</b>	<b>23,8</b>	<b>70,7</b>	<b>451</b>	<b>15</b>
<b>Полдник</b>								
2008/П	98	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	150	15,2	8,6	6,5	157	2,2
2008/П	142	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,8	5	18,4	130	8,8
2008 П	183	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2 ВАРИАНТ)	200	2,4	1,9	16,6	93	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,6	0,2	11	52	0
2008/П	194	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,9	5,7	30,7	190	0
<b>Итого</b>			<b>555</b>	<b>25,9</b>	<b>21,4</b>	<b>83,2</b>	<b>622</b>	<b>11,4</b>
<b>Всего</b>				<b>72,8</b>	<b>66,9</b>	<b>226,4</b>	<b>1649</b>	<b>28,4</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Фоменко Я.Ю.

Медсестра \_\_\_\_\_ Грянникова З.Г.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Дерикит А.М.