

Согласовано

Заведующий

МБДОУ ДС "Зоренька" г. Волгодонска

/Колбешкина Е.Н./

МЕНЮ

27 марта 2024 г.

Сад 12 часов



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/П	58	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,3	8,6	33,6	228	0,8
2008/П	176	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВЫРИАНТ)	200	3,1	2,5	20,6	116	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,2	0,5	22	105	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
Итого			455	15,7	15,7	76,3	486	1,4
II Завтрак								
2008/П	174	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	99	0,6
Итого			200	5,6	4,9	7,8	99	0,6
Обед								
2008/П	28	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	1,6	3,1	10,4	76	5,9
2008/П	105	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	16,3	17,5	3,6	121	1
2008/П	134	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	5,5	35	196	0
2008	166	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ	200	0,3		23,2	80	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	53	3,5	0,6	18,1	96	0
Итого			673	27,2	26,7	90,3	569	7
Полдник								
2008/П	14	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	80	1	7,9	5,2	82	2,7
2008/П	97	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ С ГАРНИРОМ (ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ)	190	14,5	10,2	16,2	216	6,2
2008 П	183	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2 ВАРИАНТ)	200	2,4	1,9	16,6	93	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,4	17,6	84	0
2008/П	208	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	3,1	1,2	35,2	163	0
Итого			560	23,5	21,6	90,8	638	9,3
Всего				72	68,9	265,2	1792	18,3

Бухгалтер _____ Фоменко Я.Ю.

Медсестра _____ Грянникова З.Г.

Шеф-повар _____ Дерикит А.М.