

Согласовано

Заведующий  
МБДОУ ДС "Зоренька" г.Волгодонска  
Колбешкина Е.Н./

# МЕНЮ

29 марта 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008/М		ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	2	9,6	12,8	128	5,7
2008/П	177	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-ЫЙ ВЫРИАНТ)	200	1,7	1,3	18	89	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,4	17,6	84	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,4</b>	<b>20</b>	<b>48,8</b>	<b>401</b>	<b>6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008/П	174	КЕФИР	180	5	4,4	7	89	0,5
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5</b>	<b>4,4</b>	<b>7</b>	<b>89</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008/П	17	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,6	9,3	70	5,9
2008/П	118	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ("ЁЖИКИ")	70	9	10,8	7,5	101	0,8
2008/П	142	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,8	5	18,4	130	8,8
2008	166	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ	180	0,3		20,9	72	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,6	17,1	91	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>16,9</b>	<b>20</b>	<b>73,2</b>	<b>464</b>	<b>15,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008/П	8	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,6	4,9	4,3	59	0,8
2008/П	80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	155	29,7	19,4	34,4	404	0,5
2008/П		ПОВИДЛО	10			6,4	26	0
2008 П	183	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2 ВАРИАНТ)	200	2,4	1,9	16,6	93	0,4
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>32,7</b>	<b>26,2</b>	<b>61,7</b>	<b>582</b>	<b>1,7</b>
<b>Всего</b>				<b>66</b>	<b>70,6</b>	<b>190,7</b>	<b>1536</b>	<b>23,8</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Фоменко Я.Ю.

Медсестра \_\_\_\_\_ Грянникова З.Г.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Дерикит А.М.