

Согласовано

Заведующий

МБДОУ ДО "Зоренька" г.Волгодонска

Жолбешина Е.Н./

МЕНЮ

11 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		
Завтрак								
2008/П	67	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7	8	34,4	237	0,9
2008/П	176	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВЫРИАНТ)	200	3,1	2,5	20,6	117	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,9	0,5	19,7	94	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,6	5,9		73	0,1
Итого			465	17,6	16,9	74,7	521	1,6
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	140	0,6	0,6	13,7	66	14
Итого			140	0,6	0,6	13,7	66	14
Обед								
2008/П	21	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2	4,2	12,7	98	5,1
2008/П	93	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	11,8	2,7	7	98	0,1
2008/П	142	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	5,9	21,2	150	10,2
2008/П	169	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,2	24,5	105	4,2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	43	2,8	0,5	14,7	78	0
Итого			673	20,1	13,5	80,1	529	19,6
Полдник								
2008/П	75	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	10,4	17,1	2,7	180	0,2
		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	150	2,4	7,5	14	109	6,6
2008 П	183	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2 ВАРИАНТ)	200	2,4	1,9	16,6	94	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,5	0,4	17,6	84	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	43	3,2	4,2	31,8	178	0
Итого			553	20,9	31,1	82,7	645	7,2
Всего				59,2	62,1	251,2	1761	42,4

Бухгалтер _____ Фоменко Я.Ю.

Медсестра _____ Грянникова З.Г.

Шеф-повар _____ Дерикит А.М.