

Согласовано

Заведующий

МБДОУ ДС "Зоренька" г. Волгодонска

/Колбешкина Е.Н./

МЕНЮ

14 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	63	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	9	8	38	259	0,8
2008/П	172	КАКАО С МОЛОКОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	4,4	3,7	25,7	153	0,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,3	13,2	63	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		36	0,1
Итого			440	17,6	15	76,9	511	1,6
II Завтрак								
2008/П		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75	1,4
Итого			180	0,9	0,2	17,7	75	1,4
Обед								
2008/П	6	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	40	0,7	3,9	1,3	40	4,1
2008/П	25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,1	2,9	14,7	89	4,9
2008/П	121	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ	70	12,6	12,5	5,1	120	0,5
2008/П	142	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,8	5,1	18,4	130	8,8
2008/П	167	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	16,5	69	1,4
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,5	13,7	72	0
Итого			640	20,9	25	69,7	520	19,7
Полдник								
2008/П	75	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	9,5	15,9	2,4	166	0,2
2008/П	138	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	140	3,2	6,2	14,2	122	27,8
2008 П	183	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2 ВАРИАНТ)	200	2,4	1,9	16,6	93	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,9	0,5	19,7	94	0
Итого			495	18	24,5	52,9	475	28,4
Всего				57,4	64,7	217,2	1581	51,1

Бухгалтер _____ Фоменко Я.Ю.

Медсестра _____ Грянникова З.Г.

Шеф-повар _____ Дерикит А.М.