

Согласовано



Заведующий

МБДОУ ДС "Зоренька" г. Волгодонска  
Жолбешкина Е.Н./

# МЕНЮ

12 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. 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
		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	160	2,5	8	14,8	116	7
2008/П	176	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	3	2,9	29,4	156	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,1	0,3	14,8	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
<b>Итого</b>			<b>439</b>	<b>12,8</b>	<b>19,9</b>	<b>59,4</b>	<b>443</b>	<b>7,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008/П		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	165	0,8	0,2	16,2	69	1,3
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>16,2</b>	<b>69</b>	<b>1,3</b>
<b>Обед</b>								
2008/П	22	СВЕКОЛЬНИК	200	1,8	3	12,9	81	5,8
2008/П	118	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ("ЁЖИКИ")	70	7,9	9,8	8,2	99	1,1
2008/П	142	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,8	5,1	18,4	130	8,8
2008	166	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ	180	0,3		20,9	72	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	3	0,5	15,5	82	0
<b>Итого</b>			<b>625</b>	<b>15,8</b>	<b>18,4</b>	<b>75,9</b>	<b>464</b>	<b>15,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008/П	8	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,1	9,8	8,6	118	1,7
2008/П	80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	26,3	21,6	45,9	459	0,4
2008/П		ПОВИДЛО	40	0,2		25,7	104	0,1
2008/П	182	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	1,6	1,2	15,5	78	0,2
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>29,2</b>	<b>32,6</b>	<b>95,7</b>	<b>759</b>	<b>2,4</b>
<b>Всего</b>				<b>58,6</b>	<b>71,1</b>	<b>247,2</b>	<b>1735</b>	<b>26,8</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Фоменко Я.Ю.

Медсестра \_\_\_\_\_ Грянникова З.Г.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Дерикит А.М.