

Согласовано

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

3 мая 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептов  | № техн. карты | Наименование блюда                        | Выход      | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008/П            | 66            | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ              | 200        | 7,1               | 6,9         | 36           | 234                           | 0,5            |
| 2008/П            | 176           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВЫРИАНТ) | 200        | 3                 | 2,4         | 20,4         | 115                           | 0,5            |
| 2008              |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                            | 34         | 2,2               | 0,3         | 15           | 72                            | 0              |
| 2012              |               | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                            | 15         | 3,4               | 4,3         |              | 53                            | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>449</b> | <b>15,7</b>       | <b>13,9</b> | <b>71,4</b>  | <b>474</b>                    | <b>1</b>       |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008/П            | 174           | КЕФИР                                     | 170        | 4,8               | 4,2         | 6,6          | 84                            | 0,5            |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>170</b> | <b>4,8</b>        | <b>4,2</b>  | <b>6,6</b>   | <b>84</b>                     | <b>0,5</b>     |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |             |              |                               |                |
| 2008/П            | 22            | СВЕКОЛЬНИК                                | 180        | 1,7               | 2,9         | 12,5         | 81                            | 5,7            |
| 2008/П            | 113           | КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ                       | 70         | 13,7              | 15,1        | 8,8          | 132                           | 0,2            |
| 2008/П            | 54            | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                            | 150        | 2,8               | 7,7         | 15,5         | 138                           | 15             |
| 2008              | 166           | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ                  | 180        | 0,3               |             | 20,9         | 72                            | 0,1            |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                      | 38         | 2,5               | 0,5         | 12,9         | 69                            | 0              |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>618</b> | <b>21</b>         | <b>26,2</b> | <b>70,6</b>  | <b>492</b>                    | <b>21</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                      | 140        | 25,6              | 16          | 43,7         | 398                           | 0,4            |
| 2008/П            |               | ПОВИДЛО                                   | 40         | 0,2               |             | 25,8         | 104                           | 0,1            |
| 2008 П            | 183           | ЧАЙ С МОЛОКОМ (2 ВАРИАНТ)                 | 200        | 2,5               | 2           | 16,8         | 95                            | 0,4            |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>480</b> | <b>29,4</b>       | <b>27,8</b> | <b>94,9</b>  | <b>715</b>                    | <b>2,6</b>     |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>70,9</b>       | <b>72,1</b> | <b>243,5</b> | <b>1765</b>                   | <b>25,1</b>    |

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Фоменко Я.Ю.

Медсестра \_\_\_\_\_ Грянникова З.Г.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Дерикит А.М.