

Согласовано

Заведующий
МБДОУ ДС "Зоренька" г. Волгодонска

/Колбещкина Е.Н./

МЕНЮ

22 апреля 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	50	3,2	0,5	22	105	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
Итого			455	13,4	15,2	77,1	497	1,5
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	4,9
2008/П	93	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	11,8	2,7	7,1	98	0,1
2008/П	142	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,8	5	18,4	130	8,8
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	48	2,8
2008/П	169	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,2	24,5	105	4,2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,6	17,2	91	0
Итого			700	21	16,3	83	570	20,8
Полдник								
2008/П	75	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,4	18,5	3	195	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	93	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,7	84	0
2008		ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,6	183	0
Итого			570	21,8	30,7	88,9	664	7,2
Всего				56,8	62,8	262,7	1797	43,5

Бухгалтер _____ Фоменко Я.Ю.

Медсестра _____ Грянникова З.Г.

Шеф-повар _____ Дерикит А.М.