



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

МЕНЮ

27 апреля 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		
Завтрак								
2008/П	66	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	9	8,6	39	268	0,8
2008/П	176	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВЫРИАНТ)	200	4,2	4,2	36,6	200	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,5	0,6	24,3	116	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
Итого			463	16,8	20	100	644	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	71	15
Итого			150	0,6	0,6	14,7	71	15
Обед								
2008/П	21	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,9	3	13,2	89	5,5
2008/П	97	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ С ГАРНИРОМ (КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ)	230	18,2	11,4	25,4	271	10,8
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	54	3,6	0,6	18,4	98	0
Итого			724	24,8	18,8	84,6	611	23,3
Полдник								
2008/П	75	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,5	18,5	3	194	0,3
2008/П	138	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	160	3,6	6,4	16,3	135	31,7
2008 П	183	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2 ВАРИАНТ)	200	2,4	1,9	16,6	93	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,5	0,6	24,3	116	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	52	3,9	5,1	38,4	215	0
Итого			597	24,9	32,5	98,6	753	32,4
Всего				67,1	71,9	297,9	2079	71,9

Бухгалтер _____ Фоменко Я.Ю.

Медсестра _____ Грянникова З.Г.

Шеф-повар _____ Дерикит А.М.