

Утверждаю

заведующий

МДОУ №22 "Малыш"

/Найденова Елена Валентиновна/

МЕНЮ

5 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6	3,8	33,9	195	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		14,2	57	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			415	8,4	8,8	63,5	368	0,6
Обед								
2008	105	БУЛЬОН КУРИНЫЙ	200	8,1	10	0,5	125	0,6
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20	1,7	0,7	11,9	61	0
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	61	9,2	18,7	5,3	234	1,7
2008	331	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	150	5,4	5	34,9	206	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			17,5	70	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			651	27	34,8	87,1	778	2,3
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		14,2	57	0
2008		ПРЯНИКИ	33	2,3	6	22	153	0
Итого			213	2,4	6	36,2	210	0
Ужин								
2012	139	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	150	4,4	8,4	27,6	203	11,7
2012	33	ИКРА ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,7	4,1	4,1	56	1,9
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		14,2	57	0
Итого			390	5,2	12,5	45,9	316	13,6
Всего				43	62,1	232,7	1672	16,5

мед. сестра _____ Багрова Ирина Львовна