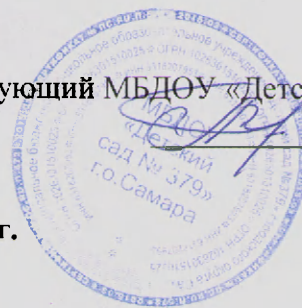


Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»  
/А.В.Борщук



**Меню**  
18 января 2022г.

**ЯСЛИ 12 ЧАСОВ**

5, 1470

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2008	88	Каша «Дружба» молочная	150	3.16	5.09	13.17	111.58	0.45	
2008	01	Батон с маслом	20/5	1.23	3.87	9.31	129	0	
2012	117	Кофейный напиток	180	2,6	2	12	78	0.4	
Итого			355	15.95	10.96	44.48	318.58	0.85	
<b>2.5</b>									
2008	320	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.6	45	2.3	
Итого								2.3	
<b>Обед</b>									
		Салат из капусты	30	0.7	2.5	4.51	16.23	44.0	
2008	74	Рассольник на курином бульоне	150	4.0	2.19	11.16	83.35	5.5	
2008	282	Котлета из мяса птицы	60	11.2	9.88	4.81	153.03	0	
2008	204	Макароны с маслом	120	5.21	3.76	32.14	183.24	0	
2008		Напиток из вишни	150	0.1		5.5	23	6.1	
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0	
		Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.2	0	
Итого			530				572.6	11.6	
<b>Полдник</b>									
2008		Печенье	45	3.24	6.16	25.84	184	0	
2008		Молоко	150	6	5.0	9.8	112	0.6	
Итого							295		
<b>Ужин</b>									
2012		Рыба под яйцом	70	13.13	13.89	11.9	103.2	0.14	
2008		Капуста тушеная	130	9.58	12.3	11.35	194.0	24.99	
2008		Чай с сахаром	180	0.1		7.2	35		
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4		
Итого			400				394.2		
Всего					44.7	47.64	173.9	1405.3	32.0

Медсестра

*А.В. Борщук*