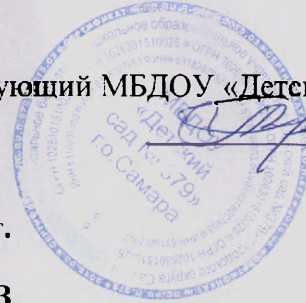


Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»  
/А.В.Борщук



**Меню**  
**25 января 2022г.**

**САД 12 ЧАСОВ**

05 146,00

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		Каша гречневая вязкая молочная	200	11.08	9.83	40.42	287.0	2.18
2008		Бутерброд с маслом	25/5	1.23	5.84	14.43	105.5	0.11
2012		Какао с молоком	180	3.0	3.1	14.0	96.7	1.43
Итого			405	17.31				
<b>II Завтрак</b>								
		Сок фруктовый	100	0.5		25.6	3	0.5
Итого								
<b>Обед</b>								
2008		Салат из свеклы	40	2.8	11.7	4.2	134.4	4.75
2008		Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.15	2.27	13.71	84	6.6
2008		Капуста тушеная с мясом	200	3.8	6.2	107.6	194.7	24.99
2008		Напиток из шиповника	180			9.7	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.20	0
Итого			670	24.6	20.57	155.1	581	
<b>Полдник</b>								
		Печенье	50	3.7	5.0	38.10	203.0	0
		Кефир	200	6.1	8.3	10.1	82.0	1.4
Итого			250					
<b>Ужин</b>								
2008		Котлеты или биточки рыбные (запеченые)	80	8.3	3.4	4.3	81.9	0.34
2008		Гороховое пюре	145	16.0	3.5	33.5	229.7	
		Хлеб пшеничный	35	2.9	0.45	16.83	79.45	0
		Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.46	0.03	38
Итого			440	61.2	66.3	261.9	1749.2	121.0
Всего								

Медсестра

*Борщук А.В.*