Утверждаю
И.о.заведующего МБДОУ «Детский сад № 379»
Николаева /О.Н.Николаева

Меню

22 июля 2024г.

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								
	165	Гречневая каша с молоком	200	10	9.52	32.4	194	0
		Батон с маслом	18\5	2.3	4.3	9.1	105.5	
		Чай с сахаром	180					
Итого			400				38.7	0.03
II Завтрак								
	398	Напиток из шиповника	80	0.6	0.3	22.0	92.7	
Итого								
Обед								
		Огурец соленый	27	1.1	0.6	5.5	5.56	5.5
	81	Суп на курином бульоне гороховый	200	4.3	4.3	13.2	109.4	
	301	Суфле из мяса птицы	70	12.37	5.59	3.33	111.72	19.2
	132	Капуста тушеная	130	2.66	4.18	9.71	89.05	21.9
	376	Компот из сухофруктов	180	0.4	0.02	24.9	102	0.36
		Хлеб пшеничный	19	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	19	6.4	1.0	42.3	112.8	0
Итого								
Полдник								
	138	Пирожок с картофелем	70	6.8	9.9	29.4	249	1.3
		Чай с молоком	180	3.1	3.2	11.0	80.9	0.5
Итого			250					
Ужин								
	168	Каша пшеничная молочная	220	9.9	9.7	40.1	287	2.4
		Кофейный напиток	200				38.7	
		Хлеб пшеничный	30	1.8	0.3	12.0	49.6	0
Итого			450					
Всего								

Медсестра Николаева