

Согласовано

Заведующий
МДОБУ "Плотинский детский сад"
_____/Чубарова М.Е./

МЕНЮ

2 декабря 2024 г.

Сад 10 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								
2010	05	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0.1	7.3	0.1	66	0
2010	14	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5	6.5	19.4	156	0.6
2010	66	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4.9	4.5	0.3	61	0
2010	43	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.3		10.3	42	0
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2.9	1.2	20	102	0
Итого			470	13.2	19.5	50.1	427	0.6
II Завтрак								
2010	53	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	140	0.7	0.1	14.4	61	2.9
Итого			140	0.7	0.1	14.4	61	2.9
Обед								
2010	41	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200/10	5.3	8.5	15.6	159	6.6
2010	25	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/40	10	5.8	4.9	113	1.5
2010	35	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	120	4.9	4.1	30.4	177	0
2010	1	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	1.1	2	6.5	49	3.1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	14.9	63	1.4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.5	0.4	18.4	82	0
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.5	0.6	10	51	0
Итого			700	25.4	21.5	100.7	694	12.6
Полдник								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	100	2.7	2.4	10.7	76	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	25	1.9	2.5	19.1	107	0
Итого			125	4.6	4.9	29.8	183	0
Всего				43.9	46	195	1365	16.1

Повар _____ Пенёва Т.Ю.