

Согласовано

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

МЕНЮ

5 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	23	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7.4	6.4	35.1	228	0.5
2010	44	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.3		10.4	43	0.1
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2.9	1.2	20	102	0
Итого			420	10.6	7.6	65.5	373	0.6
II Завтрак								
2010	07	БАНАН	110	1.2	0.4	16.2	74	7.7
Итого			110	1.2	0.4	16.2	74	7.7
Обед								
2010	58	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ ОТВАРНОЙ	200/30	5.8	5.4	15.1	133	7.3
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	200	8	8.2	33.9	241	1.1
2010	01	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	1	2	5.8	45	2.7
2010	65	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.9	0.1	19.8	84	0.3
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			720	19.7	16.7	103	636	11.4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	180	5	4.4	8.3	94	0.9
2010	52	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	9.9	8.3	39.2	269	0.1
Итого			270	14.9	12.7	47.5	363	1
Всего				46.4	37.4	232.2	1446	20.7

Повар _____ Пенёва Т.Ю.