

Согласовано

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

МЕНЮ

13 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	17	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6.8	7.6	26.9	203	0.7
2010	45	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.1	2.4	15.9	98	0.5
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2.9	1.2	20	102	0
Итого			430	12.9	18.5	62.9	469	1.2
II Завтрак								
2010	53	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0.7	0.1	14.4	61	2.9
Итого			125	0.7	0.1	14.4	61	2.9
Обед								
2010	56	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200/20	3.9	7.7	11.8	131	11.7
2010	27	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	200	6	6	21.2	164	10.6
2010	64	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.4	0.1	21.6	89	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.5	0.4	18.4	82	0
Итого			640	12.8	14.2	73	466	22.3
Полдник								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	100	3.1	2.8	12.2	86	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	25	1.7	2.3	17.6	98	0
Итого			125	4.8	5.1	29.8	184	0
Всего				31.2	37.9	180.1	1180	26.4

Повар _____ Пенёва Т.Ю.