

Согласовано

Заведующий

МДОУ №3

/Кудрик И.А./

МЕНЮ

15 апреля 2024 г.

Льготники

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								
2008	189	КАША МАННАЯ	200	6	7,4	29,6	209	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,6	18	92	0
		БАТОН	35					0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			440	7,7	13,1	47,6	338	0
II Завтрак								
2008		ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200/8	5,4	8,5	6,2	123	10
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5,1	4,6	32,8	194	0
		ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	70/20	16,6	13,1	6	223	21,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					0
Итого			683	28,4	26,4	68,1	639	31,5
Полдник								
2012	219	ОМЛЕТ	150/50	8,3	10,7	1,8	136	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		13	52	0
Итого			400	8,4	10,7	14,8	188	0
Всего				44,9	50,6	140,3	1212	41,5