

Согласовано

Заведующий

МДОУ №3

/Кудрик И.А./

МЕНЮ

22 апреля 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								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	7	7,5	36,7	242	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,4	1,3	12,6	67	0
2008		БАТОН	35					0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			440	8,4	12,9	49,3	346	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								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧКОЙ	200	8,3	8	26,3	211	18,7
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70/30	1	3,5	2,9	48	0,8
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	140	3,4	5,9	30,5	189	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			14,6	58	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25					0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			685	14	17,6	82,8	547	19,5
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,3	57	0
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,2	5,6	17,6	139	0
Итого			400	4,3	5,6	31,9	196	0
Всего				27,1	36,5	173,8	1136	29,5