

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
/Уварова В.В./**МЕНЮ**
16 августа 2022 г.

Сад 10,5 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/3	3,6	4,2	19,4	130	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	190	2,4	2	11,3	74	0,4
Итого			429	7,3	16,3	39,7	336	0,8
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	4,9	12,4	112	11,5
2016	328	СУФЛЕ МЯСНОЕ С РИСОМ	200/5	24,3	30,6	18,3	447	1,2
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,4	0,3	15,6	75	0
Итого			642	30,6	35,8	54,1	665	12,7
Полдник								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	150	22,5	17,8	20,5	336	0,3
2002	11	СОУС ИЗ КИСЕЛЯ	50			7,6	31	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			440	25,9	18,1	75,3	572	0,3
Всего				63,8	70,2	169,1	1573	13,8

Медицинская сестра

_____ Волкова А.И.

