

Утверждаю

Заведующий
 Детский сад № 62
 Луварова В.Б./



МЕНЮ
 22 августа 2022 г.
 Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2007		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	5,3	8	39,6	253	0,2
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			429	6,6	18,1	56,5	416	0,2
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,9	3,4	12,1	90	4,7
2016	299	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	70	20	22,1	19,8	358	1
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,1	4	32,8	179	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,4	2,9	3,7	43	1,1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	36	2,4	0,3	15,2	73	0
Итого			686	27,8	32,7	91,4	774	6,8
Полдник								
2016	100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,7	6	18,7	144	0,4
2008	453	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,9	5,6	25,3	177	0,1
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			490	11	11,9	91,2	526	0,5
Всего				45,4	62,7	239,1	1716	7,5

Медицинская сестра

Волкова А.И.

