



Утверждаю

Заведующий  
 Детский сад № 62  
 /Уварова В.Б./



**МЕНЮ**  
 31 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		
<b>Завтрак</b>								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	3,4	4,2	21,7	140	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	195	1,9	1,4	12,1	69	0,3
<b>Итого</b>			<b>434</b>	<b>6,6</b>	<b>15,7</b>	<b>42,8</b>	<b>341</b>	<b>0,7</b>
<b>Обед</b>								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,2	6,1	12,2	119	8,6
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	21,4	22,9	6,9	319	0,9
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	18,6	127	9
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
<b>Итого</b>			<b>637</b>	<b>28,8</b>	<b>33,9</b>	<b>61,3</b>	<b>672</b>	<b>18,5</b>
<b>Полдник</b>								
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	7	35,9	229	0
2016	55	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	1,4	2,4	7,2	57	4,4
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	41	3,5	0,3	39,9	177	0
<b>Итого</b>			<b>441</b>	<b>10,5</b>	<b>9,7</b>	<b>90,9</b>	<b>494</b>	<b>4,4</b>
<b>Всего</b>				<b>45,9</b>	<b>59,3</b>	<b>195</b>	<b>1507</b>	<b>23,6</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Волкова А.И.