

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Луварова В.Б./



МЕНЮ

10 февраля 2025 г.

Сад с 3-х до 7 лет

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	5,2	8	38,6	248	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	6,5	18,1	55,5	411	0,2
Обед								
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2	5,4	9,3	100	11
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	205	14,1	29,3	28,8	437	14,5
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	15,9	77	0
Итого			643	18,6	35	61,8	645	25,5
Полдник								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	5,1	5,9	19,5	153	0,5
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	45	3,8	6	28,7	184	0,1
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	24	2,1	0,2	23,7	105	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
Итого			474	11	12,1	79,8	473	0,6
Всего				36,1	65,2	197,1	1529	26,3

Медицинская сестра

Волкова А.И.,