

Утверждаю

заведующая

МДОУ Дуниловский детский сад

_____ /Декина Татьяна Валерьевна/

МЕНЮ

16 января 2025 г.

Сад 10 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								
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,7	7,6	21,7	175	0,5
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ С САХАРОМ	180/12	2,8	2,8	17	105	0,5
Итого			422	9,8	11,3	54,1	359	1
II Завтрак								
	ТК № 006	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ МАНДАРИНЫ	75	0,6	0,2	5,7	29	28,6
Итого			75	0,6	0,2	5,7	29	28,6
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	5,6	6,9	12,9	136	6,6
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/30	8,5	8,5	2,4	119	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,9	5,7	21,9	158	0
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,4	0,2	21,3	96	47,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,2	12,8	62	0
Итого			600	21,4	21,5	71,3	571	54,3
Полдник								
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,6	12	82	0,41
		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			210	4,6	5,4	33,6	203	0,41
Всего				36,4	38,4	164,7	1162	84,31

повар _____ Громова Анна Григорьевна