

Утверждаю

заведующая

МДОУ Дуниловский детский сад

_____ /Декина Татьяна Валерьевна/

МЕНЮ

20 января 2025 г.

Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	7	11,1	1,9	136	0,2
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ С САХАРОМ	180/12	3	3,1	16,1	106	0,5
Итого			342	12,3	15,1	33,4	321	0,7
II Завтрак								
	ТК №002	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ БАНАНЫ	71	1,1	0,4	15	69	7,2
Итого			71	1,1	0,4	15	69	7,2
Обед								
2012	40	САПАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	0,3		2,3	25	0,89
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	5,9	8,5	11,8	151	4,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	18,5	127	9
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	11,2	12,8	10,1	199	0
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4	0,1	24,2	100	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,4	0,3	12,8	61	0
Итого			630	21,9	26,3	79,7	663	14,09
Полдник								
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2,4	13,3	84	0,41
2008	444	ОЛАДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	100/30	6,2	5,4	59,1	307	4,8
Итого			310	8,4	7,8	72,4	391	5,21
Всего				43,7	49,6	200,5	1444	27,2

повар _____ Громова Анна Григорьевна