

Утверждаю

заведующая

МДОУ Дуниловский детский сад

_____ /Декина Татьяна Валерьевна/

МЕНЮ

22 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	20	1,5	0,6	10,3	52	0
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ ИЛИ ДЖЕМОМ	120/30	19,7	13,1	44,6	376	5
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,7	3,9	18,2	123	0,6
Итого			350	24,9	17,6	73,1	551	5,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	175	0,9	0,2	17,3	76	2,82
Итого			175	0,9	0,2	17,3	76	2,82
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	160/10/10	3,4	6,6	10,1	117	4,9
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	12,8	7,5	0,6	137	9,4
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	3	8,4	18,5	163	14
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,1		13,5	55	1
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
Итого			610	21,3	22,7	55,4	533	29,3
Полдник								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,4	0,2	17,9	83	50
	ТК№019	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого			210	1,2	1,2	41,1	189	50
Всего				48,3	41,7	186,9	1349	87,72

повар _____ Громова Анна Григорьевна