

Утверждаю

Заведующий МДОУ "Детский сад № 77"

МДОУ "Детский сад № 77"

Белорусова Наталья Валентиновна/

**МЕНЮ**  
**Сад 12 часов**  
**2 ПЯТНИЦА**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	180	7,9	8,2	31,2	231	1,2
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,2	0,9	14,9	76	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,7	2,2	10,3	72	0,5
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>12,8</b>	<b>17,1</b>	<b>56,5</b>	<b>431</b>	<b>1,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	31	СНЕЖОК	200	7	7,4	7,8	152	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>7</b>	<b>7,4</b>	<b>7,8</b>	<b>152</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	180	2	2,7	12,2	82	4,9
2015	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	24,4	25,7	5,3	351	1,5
2015	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	5,7	4	36,4	204	0
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,3	73	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>666</b>	<b>34,5</b>	<b>32,7</b>	<b>76</b>	<b>737</b>	<b>6,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2016	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	200/50	15,5	14,9	24,4	294	17,8
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	1,8	0,7	12,5	64	0
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,2		7,4	31	4,8
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>555</b>	<b>17,9</b>	<b>16</b>	<b>54,1</b>	<b>436</b>	<b>32,6</b>
<b>Всего</b>				<b>72,2</b>	<b>73,2</b>	<b>194,4</b>	<b>1756</b>	<b>40,7</b>

Старшая медсестра



Лаврентьева Екатерина Викторовна