

Утверждаю

Заведующий МДОУ "Детский сад № 77"
МДОУ "Детский сад № 77"
Белорусова Наталья Валентиновна

МЕНЮ
Сад 12 часов
1 ПОНЕДЕЛЬНИК

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		
Завтрак								
2021	60	ВЕРМИШЕЛЬ НА МОЛОКЕ	180	5,8	3,7	21,2	142	0,7
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,8	2,3	10,5	74	0,5
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,2	0,9	14,9	76	0
Итого			437	15,9	17,3	47	407	1,2
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75	1,4
Итого			180	0,9	0,2	17,7	75	1,4
Обед								
2018	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180/20	4	5,5	23,3	158	4,7
2018	64	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	120/50	15,4	19,4	12	284	1,4
2017	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	35	0,8	1,7	4,6	37	2
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,3	73	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
Итого			621	22,6	26,9	62	579	8,1
Уплотненный полдник								
2018	370	ФИЛЕ РЫБЫ В ЯЙЦЕ	80	13,6	6,9	8,2	149	0,1
2018	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	18,5	126	9
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	1,8	0,7	12,5	64	0
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		2,2	9	0
Итого			415	18,2	12,2	41,4	348	9,1
Всего				57,6	56,6	168,1	1409	19,8

Старшая медсестра _____

Лаврентьева Екатерина Викторовна