



Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 77"
Белорусова Н. В/

МЕНЮ 1 понедельник САД 12 Ч

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		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,8	2,3	10,5	74	0,5
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	127	0
Итого			437	16,2	16,7	60,7	458	1,2
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8	0,2	14,7	63	1,2
Итого			150	0,8	0,2	14,7	63	1,2
Обед								
2012	77	СУП УХА СО СМЕТАНОЙ	180	6,2	1,1	10,1	75	3,8
2018	64	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	120/50	14,4	17,9	22,7	309	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			601	23,8	21	59,5	521	7,2
Уплотненный полдник								
2018	370	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	16,6	10,6	8,6	195	0,2
2018	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	18,5	126	9
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		2,2	9	0
2008		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			515	21,8	15,8	63	483	19,2
Всего				62,6	53,7	197,9	1525	28,8

Старшая медсестра _____

Лаврентьева Е.В

Заведующий производством _____

Маркелова Ю. В