

Утверждаю

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



МЕНЮ 2 пятница

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	180	7,7	5,9	33,2	217	0,4
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,7	2,2	10,3	72	0,5
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	127	0
Итого			397	12,9	14,2	72,2	468	0,9
II Завтрак								
2012	31	СНЕЖОК	150	5,2	5,5	5,8	114	0
Итого			150	5,2	5,5	5,8	114	0
Обед								
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	13,2	18	5,3	237	2
2015	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	5,7	3,1	36,4	196	0
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,3	73	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
Итого			666	23,3	24,1	76	615	6,9
Уплотненный полдник								
2016	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	200/50	15,5	14,9	24,4	294	17,8
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2		0,4	3	1,3
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,2		7,4	31	4,8
2008		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			580	18,3	15,5	65,9	481	33,9
Всего				59,7	59,3	219,9	1678	41,7

Старшая медсестра _____ Лаврентьева Е. В

Заведующий производством _____ Маркелова Ю. В