



Утверждаю

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

# МЕНЮ 1 вторник

Сад 12 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-во ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ	180	4,9	7	22,8	174	0,4
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,8	3,6		44	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,5	2,9	12,1	89	0,6
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	127	0
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>13,7</b>	<b>13,8</b>	<b>63,5</b>	<b>434</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	31	СНЕЖОК	150	5,2	5,5	5,8	114	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>5,2</b>	<b>5,5</b>	<b>5,8</b>	<b>114</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	58	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	1,5	2,8	9,2	68	4,3
2015	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (СЕРДЦЕМ)	150	13,7	6	25,2	210	12,3
2015	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	45	0,7	1,6	2,7	29	0
2018	133	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
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>611</b>	<b>18,5</b>	<b>10,7</b>	<b>59,7</b>	<b>410</b>	<b>18,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	10,1	16,8	4,9	211	0,5
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
2012	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4,3	2,2	48,9	232	0,1
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		2,2	9	0
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>16,5</b>	<b>19,2</b>	<b>79,9</b>	<b>558</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>53,9</b>	<b>49,2</b>	<b>208,9</b>	<b>1516</b>	<b>20,2</b>

Старшая медсестра Лав Лаврентьева Е.В

Заведующий производством Маркелова Маркелова Ю. В