



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 77"

/Белорусова Н. В/

МЕНЮ 2 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,1	4,9	33,2	202	0,4
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,1	0,1	19,5	80	11,5
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	127	0
Итого			430	13,8	9,9	81,6	472	11,9
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	150	4,3	3,7	5,8	77	0,4
Итого			150	4,3	3,7	5,8	77	0,4
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	7,6	2,4	10,9	97	4
2015	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	9,5	10,7	13,2	188	0,6
2018	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	145	10,3
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,3	73	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
Итого			616	22,7	18,7	67,6	530	14,9
Уплотненный полдник								
2016	234	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ	180	25,6	15,2	26,4	349	0,5
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,5	1,5	3,9	31	0,1
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,2		2,2	10	0
2008		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			515	28,7	17,3	66,2	543	10,6
Всего				69,5	49,6	221,2	1622	37,8

Старшая медсестра _____

Лаврентьева Е. В

Заведующий производством _____

Маркелова Ю. В