



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

МЕНЮ 2 четверг

Сад 12 часов

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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	7,6	6,5	40,6	251	0,7
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/12/5	0,1		8,1	34	1,4
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	127	0
Итого			414	10,3	12,6	77,4	465	2,1
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								
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ	180	4,7	6,7	10	119	0,5
2015	72	ГУЛЯШ ИЗ РЫБЫ	70/50	11,5	4	4,1	99	0,9
2018	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	18,5	126	9
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,3	73	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
Итого			646	21,3	15,6	54,7	444	10,4
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	10,2	12	5,1	171	0,5
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
2018	767	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,4	7,8	41,1	273	0
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	180	0,1		2,2	9	0
Итого			435	21,7	20	72,3	559	0,5
Всего				54,1	48,4	219,1	1531	14,2

Старшая медсестра Лаврентьева Е.В.

Заведующий производством Маркелова Ю. В.