

Утверждаю

Заведующий МДОУ "Детский сад № 77"  
МДОУ "Детский сад № 77"  
Белорусова Наталья Валентиновна/

# МЕНЮ

## Ясли 12 часов

### 2 ПЯТНИЦА

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	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,7	5,6	22,8	159	0
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	1,8	0,7	12,5	64	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,3	1,8	9,4	64	0,4
Итого			340	8,9	12,3	44,8	325	0,4
II Завтрак								
2012	31	СНЕЖОК	180	6,3	6,6	7	137	0
Итого			180	6,3	6,6	7	137	0
Обед								
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	160	1,6	2,5	10,8	73	4,2
2015	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,9	3,4	30,7	173	0
2015	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60/60	22,6	23,9	5	326	1,4
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160			6	24	0
Итого			580	31,1	30,1	65,2	657	5,6
Уплотненный полдник								
2016	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	160/30	13,2	12,7	20,4	247	14,9
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51	0
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	160	0,2		6,5	28	4,2
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	125			12,9	51	0
Итого			595	15,3	13,7	59,6	424	29,1
Всего				61,6	62,7	176,6	1543	35,1

Старшая медсестра \_\_\_\_\_ Лаврентьева Екатерина Викторовна