

Утверждаю

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

*Белорусова*



**МЕНЮ**  
**Ясли 12 часов**  
**1 ВТОРНИК**

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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	160	5,5	6,3	28,4	192	0,4
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,8	0,7	12,5	64	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		36	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	9,3	71	0,5
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>12,5</b>	<b>12,4</b>	<b>50,2</b>	<b>363</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	31	СНЕЖОК	180	6,3	6,6	7	137	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>6,3</b>	<b>6,6</b>	<b>7</b>	<b>137</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	160	1,8	2,6	4,9	51	14,1
2015	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	120	11,9	4,9	20,2	181	15
2015	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	35	0,5	1,3	2,1	22	0
2018	133	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160			6	24	0
<b>Итого</b>			<b>525</b>	<b>16,4</b>	<b>9,1</b>	<b>46,4</b>	<b>342</b>	<b>31,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	15,9	26,2	3	312	0
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2012	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	3	1,5	35,1	166	0
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	125			12,9	51	0
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>20,8</b>	<b>28,7</b>	<b>70,8</b>	<b>627</b>	<b>10</b>
<b>Всего</b>				<b>56</b>	<b>56,8</b>	<b>174,4</b>	<b>1469</b>	<b>42</b>

Старшая медсестра *Лав* Лаврентьева Екатерина Викторовна