

Утверждаю

Заведующий МДОУ "Детский сад № 77"

МДОУ "Детский сад № 77"

/Белорусова Наталья Валентиновна/

*Белорусова*



## МЕНЮ

### Ясли 12 часов

### 2 ПОНЕДЕЛЬНИК

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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	160	3,9	6,3	22,8	165	0,4
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
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	1,8	0,7	12,5	64	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>8,1</b>	<b>13</b>	<b>44,8</b>	<b>331</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	125			12,9	51	0
<b>Итого</b>			<b>125</b>			<b>12,9</b>	<b>51</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	160	6,7	2,2	9,2	84	3,6
2015	178	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	160	8,9	9,2	30	239	0,7
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
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>540</b>	<b>17,8</b>	<b>11,7</b>	<b>58,4</b>	<b>412</b>	<b>5,8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	292	МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	150	17,4	9,5	32,7	301	9,9
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	160	0,1		2	9	0
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>19,4</b>	<b>10,5</b>	<b>54,5</b>	<b>408</b>	<b>19,9</b>
<b>Всего</b>				<b>45,3</b>	<b>35,2</b>	<b>170,6</b>	<b>1202</b>	<b>26,5</b>

Старшая медсестра

*Лаврентьева*

Лаврентьева Екатерина Викторовна