

Утверждаю

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

Белорусова



МЕНЮ
Ясли 12 часов
2 ЧЕТВЕРГ

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	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,6	6,6	18,6	153	0,6
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
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	160/12/5	0,1		5,1	22	1,3
Итого			357	6,6	11,5	36,3	277	1,9
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	125			12,9	51	0
Итого			125			12,9	51	0
Обед								
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	160	1,6	2,7	9,4	69	0,3
2015	72	ГУЛЯШ ИЗ РЫБЫ	60/50	10,5	3,5	3,8	89	0,7
2018	74	РИС РАДУЖНЫЙ	110	2,7	5	24,3	153	1,3
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160			6	24	0
Итого			570	16,8	11,5	56,2	396	2,3
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	11,6	13,4	5,2	189	0,5
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51	0
2018	767	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	5,9	4,8	40,5	228	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	160	0,1	0,1	12,4	52	1,1
Итого			410	19,1	18,9	68,1	520	1,6
Всего				42,5	41,9	173,5	1244	5,8

Старшая медсестра *Лав* Лаврентьева Екатерина Викторовна