

Утверждаю

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

МЕНЮ

Ясли 12 часов

1 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		
Завтрак								
2021	60	ВЕРМИШЕЛЬ НА МОЛОКЕ	160	5,2	3,3	18,9	127	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,3	1,8	8,9	62	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	1,8	0,7	12,5	64	0
Итого			380	14,5	14,6	40,7	354	1
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	125			12,9	51	0
Итого			125			12,9	51	0
Обед								
2018	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	160/20	3,7	4	21,6	136	4,2
2018	64	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100/50	13,5	16,6	8,1	234	1,4
2017	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	35	0,8	1,7	4,6	37	2
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160			6	24	0
Итого			555	20	22,6	53	492	7,6
Уплотненный полдник								
2018	370	ФИЛЕ РЫБЫ В ЯЙЦЕ	70	11,8	5,9	7,2	130	0,1
2018	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,5	4,3	17,1	117	8,3
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,5	0,6	10	51	0
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	160	0,1		2	9	0
Итого			370	15,9	10,8	36,3	307	8,4
Всего				50,4	48	142,9	1204	17

Старшая медсестра _____

Лаврентьева Екатерина Викторовна