



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 77"

Белорусова Н. В/

МЕНЮ

1 понедельник

Ясли 12 часов

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	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
Итого			375	14,6	9,9	52	358	1
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	125			12,9	51	0
Итого			125			12,9	51	0
Обед								
2012	77	СУП УХА СО СМЕТАНОЙ	160	5,5	0,9	8,8	67	3,2
2018	64	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100/50	12,3	14,8	18,9	257	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			535	20,6	17,7	51	446	6,6
Уплотненный полдник								
2018	370	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	14,6	9,1	7,5	170	0,2
2018	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,5	4,3	17,1	117	8,3
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,6	0,2	19,1	85	0
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	160	0,1		2	9	0
2008		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			470	19,2	14	55,5	428	18,5
Всего				54,4	41,6	171,4	1283	26,1

Старшая медсестра _____ Лаврентьева Е.В

Заведующий производством _____ Маркелова Ю. В