



Утверждаю

Заведующий  
МДОУ "Детский сад № 77"  
/Белорусова Н. В./

## МЕНЮ 2 пятница

### Ясли 12 часов

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	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,7	3,7	26,1	156	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,3	1,8	9,4	64	0,4
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>9</b>	<b>5,7</b>	<b>59,4</b>	<b>326</b>	<b>0,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	31	СНЕЖОК	100	3,5	3,7	3,9	76	0
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>3,5</b>	<b>3,7</b>	<b>3,9</b>	<b>76</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2015	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	160	1,6	2,5	10,8	73	4,2
2015	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,9	3	30,7	169	0
2015	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60/60	11,4	15,8	5	208	1,8
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>580</b>	<b>19,9</b>	<b>21,6</b>	<b>65,2</b>	<b>535</b>	<b>6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2016	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	160/30	13,2	12,7	20,4	247	14,9
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	25	0,2		0,4	3	1,3
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,6	0,2	19,1	85	0
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	160	0,2		6,5	28	4,2
2008		ФРУКТ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>15,6</b>	<b>13,3</b>	<b>56,2</b>	<b>410</b>	<b>30,4</b>
<b>Всего</b>				<b>48</b>	<b>44,3</b>	<b>184,7</b>	<b>1347</b>	<b>36,8</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Лаврентьева Е.В

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Маркелова Ю. В