



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

МЕНЮ 1 вторник

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								
2008	184	КАША МАННАЯ	160	4,1	6,2	18,8	147	0,4
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		36	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	9,3	71	0,5
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
Итого			345	11,3	11,8	52	360	0,9
II Завтрак								
2012	31	СНЕЖОК	100	3,5	3,7	3,9	76	0
Итого			100	3,5	3,7	3,9	76	0
Обед								
2012	58	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	160	1,3	2,6	8,3	61	3,8
2015	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (СЕРДЦЕМ)	120	11	4,9	20,3	168	9,8
2015	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	35	0,5	1,3	2,1	22	0
2018	133	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160			6	24	0
Итого			525	15	9,1	49,9	339	15,6
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	10,1	16,8	4,9	211	0,5
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,6	0,2	19,1	85	0
2012	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	3	1,5	35,1	166	0
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	160	0,1		2	9	0
Итого			390	14,8	18,5	61,1	471	0,5
Всего				44,6	43,1	166,9	1246	17

Старшая медсестра Лав Лаврентьева Е.В

Заведующий производством Марк Маркелова Ю. В