



Заведующий

МДОУ "Детский сад № 77"

(Белорусова Н. В.)

## МЕНЮ 2 понедельник

### Ясли 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	160	3,9	4,6	25,8	161	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	3	3		40	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>354</b>	<b>11,3</b>	<b>15,4</b>	<b>59,2</b>	<b>424</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	125			12,9	51	0
<b>Итого</b>			<b>125</b>			<b>12,9</b>	<b>51</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2015	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	160	1,5	2,4	7	57	9,8
2018	370	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	14,6	9,1	7,5	170	0,2
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,7	4,6	24	149	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,2		0,3	3	1
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>550</b>	<b>21</b>	<b>16,4</b>	<b>57,5</b>	<b>464</b>	<b>11</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2018	262	ГУЛЯШ ИЗ СУБПРОДУКТОВ (СЕРДЦЕ, ПЕЧЕНЬ)	60	9,2	5,7	2,8	111	7,2
2015	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,9	2,6	30,7	166	0
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
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>16,2</b>	<b>8,9</b>	<b>64,4</b>	<b>418</b>	<b>17,2</b>
<b>Всего</b>				<b>48,5</b>	<b>40,7</b>	<b>194</b>	<b>1357</b>	<b>29</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Лаврентьева Е. В.

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Маркелова Ю. В.