

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 77"

/Белорусова Н. В/



## МЕНЮ 2 вторник

### Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	5,4	4,6	30,1	185	0,4
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0,1		16,3	67	9,6
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>12,6</b>	<b>9,4</b>	<b>70,6</b>	<b>421</b>	<b>10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	КЕФИР	100	2,8	2,4	3,9	51	0,3
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>2,8</b>	<b>2,4</b>	<b>3,9</b>	<b>51</b>	<b>0,3</b>
<b>Обед</b>								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	160	6,7	2,2	9,2	84	3,6
2015	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,2	9,3	11,4	161	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	4,1	17,1	115	8,3
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>530</b>	<b>19,3</b>	<b>15,9</b>	<b>56,4</b>	<b>445</b>	<b>12,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2016	234	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ	150	25,1	14,7	24,4	332	0,5
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,5	1,5	3,9	31	0,1
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>460</b>	<b>27,7</b>	<b>16,8</b>	<b>59,2</b>	<b>504</b>	<b>10,6</b>
<b>Всего</b>				<b>62,4</b>	<b>44,5</b>	<b>190,1</b>	<b>1421</b>	<b>33,3</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Лаврентьева Е.В

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Маркелова Ю. В