

Утверждаю



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

## МЕНЮ 2 среда

### 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	10,1	16,8	4,9	211	0,5
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,5	2,5		33	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
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>17,5</b>	<b>21,9</b>	<b>38,1</b>	<b>421</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
	1	МОЛОЧНЫЙ ВАНИЛЬНЫЙ НАПИТОК	150	4,5	3,9	13,2	106	0,8
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,5</b>	<b>3,9</b>	<b>13,2</b>	<b>106</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2017	34	СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	160	4,1	2,9	11,2	104	3,8
2015	181	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,3	5,1	28,4	185	0
2018	15	ГУЛЯШ "БОЛОНЬЕЗЕ"	60	8,3	4,6	3,5	89	2,5
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
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>20,9</b>	<b>12,9</b>	<b>62,3</b>	<b>466</b>	<b>8,3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,4	11,5	15,2	209	0,5
2018	371	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	1,9	0,7	11,4	61	9
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,6	0,2	19,1	85	0
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	160	0,1		1,9	8	0
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	125			12,9	51	0
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>15</b>	<b>12,4</b>	<b>60,5</b>	<b>414</b>	<b>9,5</b>
<b>Всего</b>				<b>57,9</b>	<b>51,1</b>	<b>174,1</b>	<b>1407</b>	<b>19,6</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Лаврентьева Е.В

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Маркелова Ю. В