



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 77"

/Белорусова Н. В/

МЕНЮ 2 четверг

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		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	6,5	5,8	35,3	220	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	2	0,2	23,9	106	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	160/12/5	0,1		5,1	22	1,3
Итого			357	8,7	10,2	64,4	386	1,9
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	125			12,9	51	0
Итого			125			12,9	51	0
Обед								
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ	160	4,2	5,8	8,9	106	0,4
2015	72	ГУЛЯШ ИЗ РЫБЫ	60/50	10,5	3,5	3,8	89	0,7
2018	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	3,9	15,6	107	7,6
2008	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2018	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	160			6	24	0
Итого			570	19	13,5	47	387	8,7
Уплотненный полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	10,2	12	5,1	171	0,5
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,6	0,2	19,1	85	0
2018	767	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,4	7,8	41,1	273	0
2012	201	ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	160	0,1		1,9	8	0
Итого			410	21,3	20	67,2	537	0,5
Всего				49	43,7	191,5	1361	11,1

Старшая медсестра Лаврентьева Е. В.

Заведующий производством Маркелова Ю. В.