Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №70 /2
/Макарова Н.Ю./

МЕНЮ

17 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,27	5,05	12,77	118,53	0,10
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	5,84	8,26	26,08	197,37	0,34
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,43	2,01	9,22	63,52	0,21
Итого			**420**	**13,54**	**15,32**	**48,07**	**379,42**	**0,65**
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	130	0,52	0,39	13,42	61,22	6,51
Итого			**130**	**0,52**	**0,39**	**13,42**	**61,22**	**6,51**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,67	2,03	3,73	34,69	1,86
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,20	4,56	9,43	96,74	12,78
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	18,70	19,57	20,96	322,92	10,26
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,73	1,80	3,06	35,72	0,02
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,92	0,06	14,01	60,10	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,59	0,29	9,57	47,84	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,86	0,72	12,77	65,09	0,00
Итого			**729**	**29,67**	**29,03**	**73,53**	**663,10**	**25,22**
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	43	0,47	0,09	1,64	10,33	10,76
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	145	6,78	6,74	25,04	186,78	0,05
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,10	0,01	5,62	23,77	1,13
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	8,78	5,14	30,71	201,02	0,04
Итого			**456**	**16,13**	**11,98**	**63,01**	**421,90**	**11,98**
Всего				**59,86**	**56,72**	**198,03**	**1 525,64**	**44,36**