

Утверждаю

Заведующий

МКДОУ Кочневский детский сад  
Старыгина Ирина Александровна/

# МЕНЮ

27 июня 2022 г.

Сад 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,5	7,1	35,3	236	0,6
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	2,5		33	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,8	52	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	2,3	0,3	14,3	69	0
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>12,3</b>	<b>9,9</b>	<b>62,4</b>	<b>390</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	1,2		14,7	68	37,5
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>1,2</b>		<b>14,7</b>	<b>68</b>	<b>37,5</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60					0
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	250/10	5	10	10,9	154	0,7
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ	65	8,9	20,3	1,4	224	0
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	1,6	6,3	5,8	87	13,1
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	1,3		12,8	56	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4	0,7	23,8	119	0
<b>Итого</b>			<b>775</b>	<b>20,8</b>	<b>37,3</b>	<b>54,7</b>	<b>640</b>	<b>13,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	100/30	1,2	2,5	29,7	146	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	192	5,4	4,7	8,9	101	1
<b>Итого</b>			<b>322</b>	<b>6,6</b>	<b>7,2</b>	<b>38,6</b>	<b>247</b>	<b>1,2</b>
<b>Всего</b>				<b>40,9</b>	<b>54,4</b>	<b>170,4</b>	<b>1345</b>	<b>53,2</b>