

Утверждаю

Заведующий

МКДОУ Кочневский детский сад  
/Стасьгина Ирина Александровна/

# МЕНЮ

8 июля 2022 г.

Сад 10 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-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6	10,8	29,9	240	0,5
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,1	3,4	18,1	120	0,7
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	4	0,5	24,6	119	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>16,8</b>	<b>25,3</b>	<b>72,9</b>	<b>586</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90					0
<b>Итого</b>			<b>90</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60					0
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	1,1	2,5	7	56	0,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	12,8	25,2	7,4	307	47,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,5	0,1	24,4	102	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,5	15,8	79	0
<b>Итого</b>			<b>730</b>	<b>17</b>	<b>28,3</b>	<b>54,6</b>	<b>544</b>	<b>48</b>
<b>Полдник</b>								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100/30	1,2	1,1	4,2	35	8,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
<b>Итого</b>			<b>310</b>	<b>1,3</b>	<b>1,1</b>	<b>14,1</b>	<b>75</b>	<b>8,4</b>
<b>Всего</b>				<b>35,1</b>	<b>54,7</b>	<b>141,6</b>	<b>1205</b>	<b>57,6</b>