

Утверждаю

МДОУ "Детский сад №127 комбинированного вида"

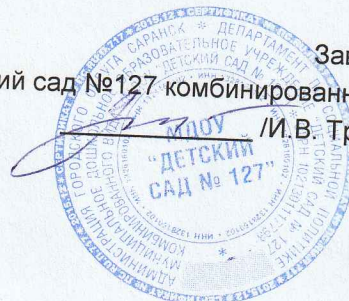
Заведующая

/И.В. Тремасова/

МЕНЮ

27 мая 2024 г.

Сад 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- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША РИСОВАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	170	3,5	6	25,5	172	0 1
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/6	2,3	6,6	42,1	85	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36	0
Итого			412	5,9	12,6	76,5	293	0 1
II Завтрак								
2008	442	СОК	200	1	0,2	20,5	87	4 1
Итого			200	1	0,2	20,5	87	4 1
Обед								
2012	72	ЩИ С МЯСОМ КУР И СМЕТАНОЙ	180	6,4	9,6	13,4	170	16 6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	70	9,5	11,6	5,5	165	2
2012	414	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	140	5,5	5,5	24,9	171	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	20,9	101	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
Итого			620	24,7	27,1	73,4	642	18 6
Полдник								
2008	1	ГРЕНКА С САХАРОМ	30	2,1	0,9	15,8	80	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,7	4,9	9,4	106	1
Итого			230	7,8	5,8	25,2	186	1
Ужин								
2012	36	САЛАТ "СВЕКОЛКА С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ"	50	1,3	2	6,4	49	3 1
2008	214	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	200	15,6	12,5	8,5	210	4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,8	0,1	42,1	21	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,3	92	0 5
Итого			490	20,7	17	71,3	372	4
Всего				60,1	62,7	266,9	1580	27 8