

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад с. Сосновка Хабаровского  
муниципального района Хабаровского края



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ с. Сосновка  
Н.В. Якшина 01.12.2023 г

**МЕНЮ**

| Тех. карта               | Наименование блюда                   | Общий 3-7 лет    |       |       |           |                          |
|--------------------------|--------------------------------------|------------------|-------|-------|-----------|--------------------------|
|                          |                                      | Пищевые вещества |       |       |           |                          |
|                          |                                      | Вес блюда        | Белки | Жиры  | Углево ды | Энергетическ ая ценность |
| 1 ДЕНЬ                   |                                      |                  |       |       |           |                          |
| Завтрак                  |                                      |                  |       |       |           |                          |
| РК05-268.                | Омлет натуральный                    | 80               | 7,17  | 12,39 | 1,81      | 147,40                   |
| №392                     | Чай с сахаром                        | 180              | 0,06  | 0,01  | 9,81      | 39,62                    |
| №1                       | Батон с маслом                       | 35               | 2,28  | 4,49  | 15,46     | 111,49                   |
| Итого за Завтрак:        |                                      |                  | 9,50  | 16,90 | 27,08     | 298,51                   |
| Завтрак второй           |                                      |                  |       |       |           |                          |
| №15                      | Сок фруктовый для детского питания   | 200              | 0,20  | 0,20  | 23,20     | 95,40                    |
| Итого за Завтрак второй: |                                      |                  | 0,20  | 0,20  | 23,20     | 95,40                    |
| Обед                     |                                      |                  |       |       |           |                          |
| №53                      | Икра кабачковая (готовая продукция)  | 50               | 0,95  | 4,45  | 3,85      | 59,25                    |
| РК509-67                 | Щи из свежей капусты с картофелем    | 200              | 7,10  | 10,33 | 7,66      | 152,05                   |
| №205                     | Макаронные изделия отварные с маслом | 150              | 5,35  | 4,14  | 34,15     | 195,23                   |
| №404                     | Оладьи из печени по-кунцевски        | 100              | 18,51 | 12,99 | 17,09     | 259,26                   |
| №354                     | Соус сметанный                       | 30               | 0,47  | 2,80  | 1,07      | 31,41                    |
| №398                     | Кисель из кураги                     | 180              | 0,66  | 0,04  | 19,11     | 79,43                    |
| №13                      | Хлеб пшеничный                       | 30               | 2,37  | 0,30  | 14,49     | 70,14                    |
| №12                      | Хлеб ржаной                          | 40               | 2,24  | 0,48  | 16,40     | 78,80                    |
| №1                       | Соль                                 | 4                | 0,00  | 0,00  | 0,00      | 0,00                     |
| Итого за Обед:           |                                      |                  | 37,66 | 35,53 | 113,82    | 925,57                   |
| Полдник                  |                                      |                  |       |       |           |                          |
| РК522-289.               | Ватрушка с повидлом                  | 50               | 3,30  | 1,40  | 35,49     | 167,62                   |
| РК05-469.                | Молоко кипячёное                     | 200              | 6,00  | 7,00  | 9,60      | 125,40                   |
| Итого за Полдник:        |                                      |                  | 9,85  | 9,89  | 46,99     | 315,31                   |
| Ужин                     |                                      |                  |       |       |           |                          |
| №13                      | Хлеб пшеничный                       | 20               | 1,58  | 0,20  | 9,66      | 46,76                    |
| №171                     | Каша пшеничная рассыпчатая           | 150              | 6,90  | 1,98  | 39,30     | 205,02                   |
| №394                     | Чай с молоком и сахаром              | 180              | 2,80  | 3,18  | 9,24      | 76,74                    |
| Итого за Ужин:           |                                      |                  | 11,28 | 5,36  | 58,20     | 328,52                   |
| Итого за день:           |                                      |                  | 67,45 | 66,43 | 263,92    | 1927,41                  |
|                          |                                      |                  |       |       |           |                          |