

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ с. Сосновка  
Н.В. Якшина 13.11.2023 г



МЕНЮ

| Тех. карта                      | Наименование блюда                  | Общий 3-7 лет    |              |               |                |                         |  |
|---------------------------------|-------------------------------------|------------------|--------------|---------------|----------------|-------------------------|--|
|                                 |                                     | Пищевые вещества |              |               |                |                         |  |
|                                 |                                     | Вес блюда        | Белки        | Жиры          | Углеводы       | Энергетическая ценность |  |
| <b>7 ДЕНЬ</b>                   |                                     |                  |              |               |                |                         |  |
| <b>Завтрак</b>                  |                                     |                  |              |               |                |                         |  |
| №94                             | Суп молочный с ячневой крупой       | 180              | 5,11         | 6,16          | 15,67          | 138,50                  |  |
| №397                            | Какао с молоком                     | 180              | 3,19         | 3,45          | 14,32          | 101,09                  |  |
| №1                              | Батон с маслом                      | 35               | 2,28         | 4,49          | 15,46          | 111,49                  |  |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |                                     | <b>10,57</b>     | <b>14,10</b> | <b>45,46</b>  | <b>351,07</b>  |                         |  |
| <b>Завтрак второй</b>           |                                     |                  |              |               |                |                         |  |
| №368                            | Груши                               | 130              | 0,52         | 0,39          | 13,39          | 59,15                   |  |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |                                     | <b>0,52</b>      | <b>0,39</b>  | <b>13,39</b>  | <b>59,15</b>   |                         |  |
| <b>Обед</b>                     |                                     |                  |              |               |                |                         |  |
| №15р                            | Салат из свежих помидоров и огурцов | 50               | 0,46         | 3,03          | 1,75           | 35,65                   |  |
| №290                            | Суп картофельный с клецками и мясом | 200              | 11,49        | 12,59         | 22,01          | 247,25                  |  |
| №298.                           | Голубцы ленивые с говядиной         | 160              | 14,28        | 13,37         | 11,56          | 223,76                  |  |
| №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                    |  |
| <b>Итого за Обед:</b>           |                                     | <b>31,50</b>     | <b>29,81</b> | <b>85,33</b>  | <b>735,02</b>  |                         |  |
| <b>Полдник</b>                  |                                     |                  |              |               |                |                         |  |
| №231                            | Сырники                             | 120              | 25,91        | 13,90         | 16,73          | 283,59                  |  |
| PK05-86п                        | Повидло (порции)                    | 30               | 0,12         | 0,00          | 19,50          | 78,48                   |  |
| №392                            | Чай с сахаром                       | 180              | 0,06         | 0,01          | 9,81           | 39,62                   |  |
| <b>Итого за Полдник:</b>        |                                     | <b>26,09</b>     | <b>13,92</b> | <b>46,04</b>  | <b>401,70</b>  |                         |  |
| <b>Ужин</b>                     |                                     |                  |              |               |                |                         |  |
| №697                            | Вареники с картофелем (п/ф)         | 110              | 4,12         | 7,60          | 31,80          | 212,06                  |  |
| №393                            | Чай с лимоном и сахаром             | 180              | 0,16         | 0,03          | 6,40           | 26,56                   |  |
| №13                             | Хлеб пшеничный                      | 20               | 1,58         | 0,20          | 9,66           | 46,76                   |  |
| <b>Итого за Ужин:</b>           |                                     | <b>5,86</b>      | <b>7,83</b>  | <b>47,87</b>  | <b>285,38</b>  |                         |  |
| <b>Итого за день:</b>           |                                     | <b>74,54</b>     | <b>66,05</b> | <b>238,08</b> | <b>1832,32</b> |                         |  |
| <b>Итого за день:</b>           |                                     | <b>68,24</b>     | <b>74,10</b> | <b>261,97</b> | <b>1975,55</b> |                         |  |