

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ с. Сосновка



П.В. Якшина 13.08.2024 г.

**МЕНЮ МБДОУ с. Сосновка**

| Тех. карта                      | Наименование блюда                 | Общий 3-7 лет    |              |              |               |                         |
|---------------------------------|------------------------------------|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                                 |                                    | Пищевые вещества |              |              |               |                         |
|                                 |                                    | Вес блюда        | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая ценность |
| <b>8 день</b>                   |                                    |                  |              |              |               |                         |
| <b>Завтрак</b>                  |                                    |                  |              |              |               |                         |
| PK05-275.                       | Омлет с сыром с маслом             | 85               | 10,87        | 16,10        | 1,66          | 195,17                  |
| №395                            | Кофейный напиток с молоком         | 180              | 2,10         | 2,10         | 12,40         | 76,74                   |
| №1                              | Батон с маслом                     | 35               | 2,28         | 4,49         | 15,46         | 111,49                  |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |                                    |                  | <b>15,24</b> | <b>22,70</b> | <b>29,52</b>  | <b>383,39</b>           |
| <b>Завтрак второй</b>           |                                    |                  |              |              |               |                         |
| №15                             | Сок фруктовый для детского питания | 200              | 0,20         | 0,20         | 23,20         | 95,40                   |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |                                    |                  | <b>0,20</b>  | <b>0,20</b>  | <b>23,20</b>  | <b>95,40</b>            |
| <b>Обед</b>                     |                                    |                  |              |              |               |                         |
| №8                              | Сельдь (порционная)                | 30               | 5,10         | 2,55         | 0,00          | 43,50                   |
| №74<br>Кур                      | Суп "Крестьянский" с мясом         | 200              | 10,70        | 14,50        | 13,60         | 227,72                  |
| №321/<br>1                      | Картофельное пюре                  | 150              | 3,64         | 5,80         | 24,56         | 164,96                  |
| №282                            | Котлета из говядины                | 80               | 15,71        | 16,34        | 15,81         | 273,11                  |
| №491                            | Компот из замороженных ягод        | 180              | 0,14         | 0,07         | 7,52          | 32,80                   |
| PK05-408.                       | Соус сметанный                     | 30               | 0,47         | 2,80         | 1,07          | 31,41                   |
| №12                             | Хлеб ржаной                        | 40               | 2,24         | 0,48         | 16,40         | 78,80                   |
| №13                             | Хлеб пшеничный                     | 30               | 2,37         | 0,30         | 14,49         | 70,14                   |
| №1                              | Соль                               | 3,7              | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00                    |
| <b>Итого за Обед:</b>           |                                    |                  | <b>40,38</b> | <b>42,84</b> | <b>93,45</b>  | <b>922,44</b>           |
| <b>Полдник</b>                  |                                    |                  |              |              |               |                         |
| PK510-12                        | Салат из консервированной кукурузы | 50               | 1,35         | 3,28         | 6,19          | 59,63                   |
| №1                              | Вафли (готовое изделие)            | 50               | 2,00         | 2,50         | 37,00         | 178,50                  |
| №393                            | Чай с лимоном и сахаром            | 180              | 0,16         | 0,03         | 6,40          | 26,56                   |
| <b>Итого за Полдник:</b>        |                                    |                  | <b>3,51</b>  | <b>5,81</b>  | <b>49,59</b>  | <b>264,69</b>           |
| <b>Ужин</b>                     |                                    |                  |              |              |               |                         |
| №697                            | Вареники с картофелем (п/ф)        | 150              | 5,62         | 10,36        | 43,37         | 289,18                  |
| №394                            | Чай с молоком и сахаром            | 180              | 2,80         | 3,18         | 9,24          | 76,74                   |
| №13                             | Хлеб пшеничный                     | 20               | 1,58         | 0,20         | 9,66          | 46,76                   |
| <b>Итого за Ужин:</b>           |                                    |                  | <b>10,00</b> | <b>13,74</b> | <b>62,27</b>  | <b>412,67</b>           |
| <b>Итого за день:</b>           |                                    |                  | <b>69,33</b> | <b>85,28</b> | <b>258,04</b> | <b>2078,59</b>          |