

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ с. Сосновка



г.В. Якшина 26.11.2024 г.

**МЕНЮ МБДОУ с. Сосновка**

Тех. карта	Наименование блюда	Общий 3-7 лет				
		Пищевые вещества				
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
<b>4 день</b>						
<b>Завтрак</b>						
№139.	Суп молочный с вермишелью	200	4,70	7,14	19,98	162,97
№394	Чай с молоком и сахаром	180	2,80	3,18	9,24	76,74
№3	Батон с маслом и сыром	41	3,74	6,26	15,46	133,32
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>11,23</b>	<b>16,58</b>	<b>44,68</b>	<b>373,03</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>						
№462	Салат "Степной"	60	0,90	4,64	4,50	63,40
№65	Свекольник	200	2,14	6,06	15,10	123,25
№143	Рыба (минтай) тушеная в сметанном соусе	140	14,64	6,71	5,31	140,38
№303	Рис отварной	150	3,74	5,39	39,27	220,56
№378	Кисель из ягод	180	0,18	0,09	15,64	65,82
№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	2	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за Обед:</b>			<b>40,33</b>	<b>96,40</b>	<b>181,22</b>	<b>1755,66</b>
<b>Полдник</b>						
№469	Булочка Домашняя	60	4,49	4,48	31,97	185,95
№401	Кисломолочный продукт (Кефир)	200	10,00	6,40	7,00	125,60
<b>Итого за Полдник:</b>			<b>10,29</b>	<b>10,48</b>	<b>39,97</b>	<b>283,05</b>
<b>Ужин</b>						
№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
№710	Картофель запеченный в сметанном соусе	150	3,74	7,85	20,58	167,93
<b>Итого за Ужин:</b>			<b>5,48</b>	<b>8,08</b>	<b>36,64</b>	<b>241,24</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>53,72</b>	<b>59,18</b>	<b>245,39</b>	<b>1718,92</b>