

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ с. Сосновка



п.В. Якшина 11.07.2024 г.

**МЕНЮ МБДОУ с. Сосновка**

| Тех. карта               | Наименование блюда                                 | Общий 3-7 лет    |       |       |           |                         |
|--------------------------|----------------------------------------------------|------------------|-------|-------|-----------|-------------------------|
|                          |                                                    | Пищевые вещества |       |       |           |                         |
|                          |                                                    | Вес блюда        | Белки | Жиры  | Углево-ды | Энергетическая ценность |
| 5 день                   |                                                    |                  |       |       |           |                         |
| Завтрак                  |                                                    |                  |       |       |           |                         |
| №162                     | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая | 200              | 6,78  | 9,60  | 25,53     | 215,65                  |
| №395                     | Кофейный напиток с молоком                         | 180              | 2,10  | 2,10  | 12,40     | 76,74                   |
| №213                     | Яйцо отварное                                      | 40               | 5,08  | 4,60  | 0,28      | 62,84                   |
| №1                       | Батон с маслом                                     | 35               | 2,28  | 4,49  | 15,46     | 111,49                  |
| Итого за Завтрак:        |                                                    |                  | 16,23 | 20,80 | 53,68     | 466,71                  |
| 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                     |                                                    |                  |       |       |           |                         |
| №131                     | Салат из зелёного горошка                          | 50               | 1,77  | 2,19  | 3,77      | 41,90                   |
| PK510-87.                | Суп картофельный с рисом и рыбными консервами      | 200              | 7,95  | 6,98  | 13,61     | 149,13                  |
| №370                     | Азу                                                | 220              | 19,02 | 19,44 | 28,24     | 364,27                  |
| №372я                    | Компот из свежих плодов                            | 180              | 0,14  | 0,14  | 13,45     | 55,68                   |
| №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                                               | 3                | 0,00  | 0,00  | 0,00      | 0,00                    |
| Итого за Обед:           |                                                    |                  | 33,50 | 29,54 | 89,97     | 759,93                  |
| Полдник                  |                                                    |                  |       |       |           |                         |
| PK05-469.                | Молоко кипячёное                                   | 200              | 6,00  | 7,00  | 9,60      | 125,40                  |
| PK504-450                | Ватрушка с творогом                                | 60               | 9,57  | 3,92  | 26,62     | 177,22                  |
| Итого за Полдник:        |                                                    |                  | 15,57 | 10,92 | 36,22     | 302,62                  |
| Ужин                     |                                                    |                  |       |       |           |                         |
| №1712                    | Каша перловая рассыпчатая                          | 150              | 4,65  | 0,55  | 33,45     | 157,35                  |
| №392                     | Чай с сахаром                                      | 180              | 0,06  | 0,01  | 9,81      | 39,62                   |
| №13                      | Хлеб пшеничный                                     | 20               | 1,58  | 0,20  | 9,66      | 46,76                   |
| №284с.                   | Тефтели из печени с рисом                          | 80               | 9,12  | 7,37  | 12,31     | 152,08                  |
| Итого за Ужин:           |                                                    |                  | 15,41 | 8,14  | 65,23     | 395,81                  |
| Итого за день:           |                                                    |                  | 80,91 | 69,60 | 268,30    | 2020,46                 |