

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ с. Сосновка



Н.В. Якшина 11.12.2024 г.

МЕНЮ МБДОУ с. Сосновка

Тех. карта	Наименование блюда	Общий 3-7 лет				
		Пищевые вещества				
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Энергетическ ая ценность
4 день						
Завтрак						
№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
Итого за Завтрак:			11,23	16,58	44,68	373,03
Завтрак второй						
№368	Груши	130	0,52	0,39	13,39	59,15
Итого за Завтрак второй:			0,52	0,39	13,39	59,15
Обед						
№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) тушенная 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
Итого за Обед:			40,33	96,40	181,22	1755,66
Полдник						
№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
Итого за Полдник:			10,29	10,48	39,97	283,05
Ужин						
№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
Итого за Ужин:			5,48	8,08	36,64	241,24
Итого за день:			53,72	59,18	245,39	1718,92