

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



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ с. Сосновка  
Н.В. Якшина 04.12.2023 г

**МЕНЮ**

| Тех. карта               | Наименование блюда                       | Общий 3-7 лет    |       |       |           |                          |
|--------------------------|------------------------------------------|------------------|-------|-------|-----------|--------------------------|
|                          |                                          | Пищевые вещества |       |       |           |                          |
|                          |                                          | Вес блюда        | Белки | Жиры  | Углево ды | Энергетическ ая ценность |
| 2 ДЕНЬ                   |                                          |                  |       |       |           |                          |
| Завтрак                  |                                          |                  |       |       |           |                          |
| №185                     | Каша пшенная молочная жидкая             | 200              | 7,66  | 8,89  | 34,76     | 249,68                   |
| №395                     | Кофейный напиток с молоком               | 180              | 2,10  | 2,10  | 12,40     | 76,74                    |
| №3                       | Батон с маслом и сыром                   | 41               | 3,74  | 6,26  | 15,46     | 133,32                   |
| Итого за Завтрак:        |                                          |                  | 13,50 | 17,25 | 62,63     | 459,74                   |
| Завтрак второй           |                                          |                  |       |       |           |                          |
| №368                     | Яблоки печеные)                          | 100              | 0,40  | 0,40  | 28,30     | 118,46                   |
| Итого за Завтрак второй: |                                          |                  | 0,40  | 0,40  | 28,30     | 118,46                   |
| Обед                     |                                          |                  |       |       |           |                          |
| №45                      | Винегрет                                 | 50               | 0,71  | 3,40  | 4,25      | 50,41                    |
| №82                      | Суп картофельный с вермишелью с курицей  | 200              | 7,52  | 8,22  | 16,63     | 170,60                   |
| №54-10м-2020.            | Капуста тушёная с мясом                  | 180              | 21,08 | 22,69 | 13,56     | 342,94                   |
| №494                     | Компот из изюма                          | 180              | 0,36  | 0,10  | 23,89     | 97,86                    |
| №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                                     | 2,22             | 0,00  | 0,00  | 0,00      | 0,00                     |
| Итого за Обед:           |                                          |                  | 34,28 | 35,20 | 89,21     | 810,76                   |
| Полдник                  |                                          |                  |       |       |           |                          |
| №237 (3-7 лет)           | Запеканка из творога                     | 100              | 20,19 | 10,67 | 18,10     | 239,99                   |
| №1                       | Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) | 20               | 1,44  | 1,70  | 11,10     | 65,46                    |
| №401/4                   | Ряженка                                  | 200              | 5,80  | 5,00  | 8,40      | 101,80                   |
| Итого за Полдник:        |                                          |                  | 27,43 | 17,37 | 37,60     | 407,25                   |
| Ужин                     |                                          |                  |       |       |           |                          |
| №697                     | Вареники с картофелем (п/ф)              | 150              | 5,62  | 10,36 | 43,37     | 289,18                   |
| №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                    |
| Итого за Ужин:           |                                          |                  | 7,36  | 10,59 | 59,43     | 362,49                   |
| Итого за день:           |                                          |                  | 83,22 | 80,96 | 271,78    | 2139,44                  |
|                          |                                          |                  |       |       |           |                          |
|                          |                                          |                  |       |       |           |                          |