

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



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ с. Сосновка
Н.В. Якшина 06.12.2023 г

МЕНЮ

Тех. карта	Наименование блюда	Общий 3-7 лет				
		Пищевые вещества				
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Энергетическ ая 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						
№71н	Салат из свежих огурцов	50	0,40	0,05	1,25	7,05
РК510-87.	Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	200	7,95	6,98	13,61	149,13
№202.	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,94	5,16	31,40	199,79
№277	Гуляш из отварного мяса в томатно-сметанном соусе	80	10,27	11,13	3,11	153,72
№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:			30,32	24,24	93,71	714,32
Полдник						
РК05-469.	Молоко кипячёное	200	6,00	7,00	9,60	125,40
РК504-450	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:			77,74	64,30	272,04	1974,85