

**МБДОУ с. Сосновка**

**П.В. Якшина 29.03.2024 г.**



## МЕНЮ МБДОУ с. Сосновка

| Тех. карта               | Наименование блюда                   | Общий 3-7 лет    |       |       |              |                             |
|--------------------------|--------------------------------------|------------------|-------|-------|--------------|-----------------------------|
|                          |                                      | Пищевые вещества |       |       |              |                             |
|                          |                                      | Вес блюда        | Белки | Жиры  | Углево<br>ды | Энергетическ<br>ая ценность |
| 1 день                   |                                      |                  |       |       |              |                             |
| Завтрак                  |                                      |                  |       |       |              |                             |
| РК05-268.                | Омлет натуральный                    | 80               | 7,17  | 12,39 | 1,81         | 147,40                      |
| №392                     | Чай с сахаром                        | 180              | 0,06  | 0,01  | 9,81         | 39,62                       |
| №1                       | Батон с маслом                       | 35               | 2,28  | 4,49  | 15,46        | 111,49                      |
| Итого за Завтрак:        |                                      |                  | 9,50  | 16,90 | 27,08        | 298,51                      |
| 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                     |                                      |                  |       |       |              |                             |
| №53                      | Икра кабачковая (готовая продукция)  | 50               | 0,95  | 4,45  | 3,85         | 59,25                       |
| РК509-67                 | Щи из свежей капусты с картофелем    | 200              | 7,10  | 10,33 | 7,66         | 152,05                      |
| №205                     | Макаронные изделия отварные с маслом | 150              | 5,35  | 4,14  | 34,15        | 195,23                      |
| №404                     | Оладьи из печени по-кунцевски        | 100              | 18,51 | 12,99 | 17,09        | 259,26                      |
| №354                     | Соус сметанный                       | 30               | 0,47  | 2,80  | 1,07         | 31,41                       |
| №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                                 | 4                | 0,00  | 0,00  | 0,00         | 0,00                        |
| Итого за Обед:           |                                      |                  | 37,17 | 35,58 | 110,35       | 911,96                      |
| Полдник                  |                                      |                  |       |       |              |                             |
| РК522-289.               | Ватрушка с повидлом                  | 50               | 3,30  | 1,40  | 35,49        | 167,62                      |
| РК05-469.                | Молоко кипячёное                     | 200              | 6,00  | 7,00  | 9,60         | 125,40                      |
| Итого за Полдник:        |                                      |                  | 9,30  | 8,40  | 45,09        | 293,02                      |
| Ужин                     |                                      |                  |       |       |              |                             |
| №13                      | Хлеб пшеничный                       | 20               | 1,58  | 0,20  | 9,66         | 46,76                       |
| №171                     | Каша пшеничная рассыпчатая           | 150              | 6,90  | 1,98  | 39,30        | 205,02                      |
| №394                     | Чай с молоком и сахаром              | 180              | 2,80  | 3,18  | 9,24         | 76,74                       |
| Итого за Ужин:           |                                      |                  | 11,28 | 5,36  | 58,20        | 328,52                      |
| Итого за день:           |                                      |                  | 67,46 | 66,43 | 263,93       | 1927,41                     |