

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ с. Сосновка



Н.В. Якшина 18.07.2025 г.

МЕНЮ на 21.07.2025

Тех. карта	Наименование блюда	Общий 3-7 лет				
		Пищевые вещества				
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Энергетическ ая ценность
10 день						
Завтрак						
№91	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,44	8,24	35,06	245,72
№395	Кофейный напиток с молоком	180	2,10	2,10	12,40	76,74
№1	Батон с маслом	35	2,28	4,49	15,46	111,49
№213	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84
Итого за Завтрак:			16,89	19,43	63,21	496,78
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						
№9	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,86	3,66	3,02	48,44
№76к	Рассольник "Ленинградский"	200	5,49	7,99	13,58	148,18
№304	Плов из отварной курицы	180	21,52	25,71	31,62	444,14
№494	Компот из изюма	180	0,36	0,10	23,89	97,86
№12	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	16,40	78,80
№13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
№1	Соль	4	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Обед:			32,84	38,24	102,99	887,55
Полдник						
№469	Булочка Домашняя	60	4,49	4,48	31,97	185,95
РК05-469.	Молоко кипячёное	200	6,00	7,00	9,60	125,40
Итого за Полдник:			10,49	11,48	41,57	311,35
Ужин						
№13	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
РК05-259.	Макароны отварные с сыром	150	8,91	7,98	32,28	236,76
№393	Чай с лимоном и сахаром	180	0,16	0,03	6,40	26,56
Итого за Ужин:			10,66	8,21	48,35	310,08
Итого за день:			71,08	77,57	279,32	2101,17