

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ с. Сосновка



П.В. Якшина 18.11.2024 г.

**МЕНЮ МБДОУ с. Сосновка**

| Тех. карта               | Наименование блюда                 | Общий 3-7 лет    |       |       |           |                         |
|--------------------------|------------------------------------|------------------|-------|-------|-----------|-------------------------|
|                          |                                    | Пищевые вещества |       |       |           |                         |
|                          |                                    | Вес блюда        | Белки | Жиры  | Углево-ды | Энергетическая ценность |
| 8 день                   |                                    |                  |       |       |           |                         |
| Завтрак                  |                                    |                  |       |       |           |                         |
| РК05-275.                | Омлет с сыром с маслом             | 85               | 10,87 | 16,10 | 1,66      | 195,17                  |
| №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                  |
| Итого за Завтрак:        |                                    |                  | 15,24 | 22,70 | 29,52     | 383,39                  |
| 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                     |                                    |                  |       |       |           |                         |
| №8                       | Сельдь (порционная)                | 30               | 5,10  | 2,55  | 0,00      | 43,50                   |
| №74<br>Кур               | Суп "Крестьянский" с мясом         | 200              | 10,70 | 14,50 | 13,60     | 227,72                  |
| №321/<br>1               | Картофельное пюре                  | 150              | 3,64  | 5,80  | 24,56     | 164,96                  |
| №282                     | Котлета из говядины                | 80               | 15,71 | 16,34 | 15,81     | 273,11                  |
| №491                     | Компот из замороженных ягод        | 180              | 0,14  | 0,07  | 7,52      | 32,80                   |
| РК05-408.                | Соус сметанный                     | 30               | 0,47  | 2,80  | 1,07      | 31,41                   |
| №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                               | 3,7              | 0,00  | 0,00  | 0,00      | 0,00                    |
| Итого за Обед:           |                                    |                  | 40,38 | 42,84 | 93,45     | 922,44                  |
| Полдник                  |                                    |                  |       |       |           |                         |
| РК510-12                 | Салат из консервированной кукурузы | 50               | 1,35  | 3,28  | 6,19      | 59,63                   |
| №1                       | Вафли (готовое изделие)            | 50               | 2,00  | 2,50  | 37,00     | 178,50                  |
| №393                     | Чай с лимоном и сахаром            | 180              | 0,16  | 0,03  | 6,40      | 26,56                   |
| Итого за Полдник:        |                                    |                  | 3,51  | 5,81  | 49,59     | 264,69                  |
| Ужин                     |                                    |                  |       |       |           |                         |
| №697                     | Вареники с картофелем (п/ф)        | 150              | 5,62  | 10,36 | 43,37     | 289,18                  |
| №394                     | Чай с молоком и сахаром            | 180              | 2,80  | 3,18  | 9,24      | 76,74                   |
| №13                      | Хлеб пшеничный                     | 20               | 1,58  | 0,20  | 9,66      | 46,76                   |
| Итого за Ужин:           |                                    |                  | 10,00 | 13,74 | 62,27     | 412,67                  |
| Итого за день:           |                                    |                  | 69,33 | 85,28 | 258,04    | 2078,59                 |