

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ с. Сосновка



П.В. Якшина 26.06.2024 г.

МЕНЮ МБДОУ с. Сосновка

| Тех. карта | Наименование блюда | Общий 3-7 лет | | | | |
|--------------------------|--|------------------|-------|-------|--------------|-----------------------------|
| | | Пищевые вещества | | | | |
| | | Вес блюда | Белки | Жиры | Углево ды | Энергетическ ая ценность |
| 4 день | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| №139. | Суп молочный с вермишелью | 200 | 4,70 | 7,14 | 19,98 | 162,97 |
| №394 | Чай с молоком и сахаром | 180 | 2,80 | 3,18 | 9,24 | 76,74 |
| №3 | Батон с маслом и сыром | 41 | 3,74 | 6,26 | 15,46 | 133,32 |
| Итого за Завтрак: | | | 11,23 | 16,58 | 44,68 | 373,03 |
| Завтрак второй | | | | | | |
| №368 | Груши | 130 | 0,52 | 0,39 | 13,39 | 59,15 |
| Итого за Завтрак второй: | | | 0,52 | 0,39 | 13,39 | 59,15 |
| Обед | | | | | | |
| №462 | Салат "Степной" | 60 | 0,90 | 4,64 | 4,50 | 63,40 |
| №65 | Свекольник | 200 | 2,14 | 6,06 | 15,10 | 123,25 |
| №143 | Рыба (минтай) тушенная в сметанном соусе | 140 | 14,64 | 6,71 | 5,31 | 140,38 |
| №303 | Рис отварной | 150 | 3,74 | 5,39 | 39,27 | 220,56 |
| №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 | 2 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за Обед: | | | 40,33 | 96,40 | 181,22 | 1755,66 |
| Полдник | | | | | | |
| №469 | Булочка Домашняя | 60 | 4,49 | 4,48 | 31,97 | 185,95 |
| РК05-470 | Кисломолочный продукт (йогурт питьевой) | 200 | 10,00 | 6,40 | 7,00 | 125,60 |
| Итого за Полдник: | | | 14,49 | 10,88 | 38,97 | 311,55 |
| Ужин | | | | | | |
| №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 |
| №710 | Картофель запеченный в сметанном соусе | 150 | 3,74 | 7,85 | 20,58 | 167,93 |
| Итого за Ужин: | | | 5,48 | 8,08 | 36,64 | 241,24 |
| Итого за день: | | | 57,92 | 59,58 | 244,39 | 1747,32 |
| | | | | | | |