

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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ с. Сосновка

Н.В. Якшина 02.11.2023 г



МЕНЮ НА ТЕКУЩИЙ ДЕНЬ

Тех. карта	Наименование блюда	Общий 3-7 лет					
		Пищевые вещества					
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
10 ДЕНЬ							
Завтрак							
№91	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,44	8,24	35,06	245,72	
№395	Кофеинный 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							
№20	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	0,77	2,58	4,65	44,94	
№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:		32,76	37,16	104,63	884,05		
Полдник							
№469	Булочка Домашняя	60	4,49	4,48	31,97	185,95	
PK05-469.	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	
PK05-259.	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:		71,00	76,49	280,95	2097,67		
Среднее значение за день:		71,34	70,02	254,34	1929,25		