



Утверждаю

Заведующий МБДОУ с.Новокуровка

Общий 3-7 лет

М.М. Боркина

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (Новокуровка)

Тех. карта	Наименование блюда	Общий 1-3 лет						Общий 3-7 лет									
		Пищевые вещества						Пищевые вещества									
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Энергетическая ценность	Вес блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Энергетическая ценность						
<b>Завтрак 1 день</b>																	
№84	Каша "Дружба" молочная жидкая (пшено, рис)	150	4,04	6,09	19,72	149,82	200	5,38	8,12	26,30	199,77						
№1	Бутерброд с маслом	30	1,82	5,66	10,93	101,93	40	2,42	7,55	14,57	135,91						
№ 213	Яйцо вареное	20	2,54	2,30	0,14	31,42	40	5,08	4,60	0,28	62,84						
№ 253	Кофейный напиток с молоком	150	2,80	2,97	12,02	85,89	180	3,36	3,57	14,42	103,07						
№1	Соль	3	0,00	0,00	0,00	0,00	4	0,00	0,00	0,00	0,00						
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>11,19</b>	<b>17,02</b>	<b>42,81</b>	<b>369,07</b>		<b>16,24</b>	<b>23,84</b>	<b>55,57</b>	<b>501,59</b>						
<b>Завтрак второй</b>																	
№ 14	Сок из фруктов и (или) овощей	100	0,10	0,10	11,60	47,70	100	0,10	0,10	11,60	47,70						
	<b>Итого за Завтрак второй:</b>		<b>0,10</b>	<b>0,10</b>	<b>11,60</b>	<b>47,70</b>		<b>0,10</b>	<b>0,10</b>	<b>11,60</b>	<b>47,70</b>						
<b>Обед</b>																	
	Огурец в нарезке(соленый)	40	0,32	0,04	1,00	5,64	60	0,48	0,06	1,50	8,46						
№ 56	Щи из свежей капусты с картофелем	150	5,33	7,75	5,75	114,04	200	7,10	10,33	7,66	152,05						
№162	Печень говяжья по-строгановски	80	15,10	11,25	5,84	184,98	100	18,88	14,06	7,30	231,23						
№186	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,79	4,30	26,17	166,49	100	5,79	4,30	26,17	166,49						
№241	Компот из смеси сухофруктов	150	0,43	0,00	22,09	90,04	200	0,57	0,00	29,45	120,05						
№ 12	Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	12,30	59,10	40	2,24	0,48	16,40	78,80						
	<b>Итого за Обед:</b>		<b>28,64</b>	<b>23,69</b>	<b>73,14</b>	<b>620,29</b>		<b>35,06</b>	<b>29,23</b>	<b>88,48</b>	<b>757,09</b>						
<b>Полдник</b>																	
№ 273	Булочка Ванильная	50	4,13	3,82	29,44	168,52	60	4,96	4,59	35,33	202,23						
№ 255	Молоко кипячёное	150	4,50	5,25	7,20	94,05	180	5,40	6,30	8,64	112,86						
	<b>Итого за Полдник:</b>		<b>8,63</b>	<b>9,07</b>	<b>36,64</b>	<b>262,57</b>		<b>10,36</b>	<b>10,89</b>	<b>43,97</b>	<b>315,09</b>						
	<b>Итого за день:</b>		<b>48,56</b>	<b>49,88</b>	<b>164,19</b>	<b>1299,63</b>		<b>61,76</b>	<b>63,86</b>	<b>199,62</b>	<b>1621,47</b>						