



директор
МОУ Нач.шк-сад №24 Солнышко
Губанова Н.Н./

МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

сад 12 час

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,3		39	0
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,2	7,8	31,7	222	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,4	46	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,7	1,1	18,3	93	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	92	0
Итого			590	9,9	13,4	81,6	492	0,4
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,3	0,1	1,1	7	7,5
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,7	2,5	13,1	83	5
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	6	4,5		65	0,2
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	3,4	4,3	35,3	193	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,2	0,2	21,9	93	2,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,2	0,5	9,8	51	0
Итого			645	13,8	12,1	81,2	492	15,2
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	29,5	8,7	36,3	344	0,7
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	21,5	89	43,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30					0
Итого			390	29,8	8,8	57,8	433	44
Всего				53,5	34,3	220,6	1417	59,6

повар _____

_____ Анфимова Т.Н.