



Согласовано

и.о. директора
МОУ НШД/С №13 "Улыбка"

и.о. директора Юдина Татьяна Аркадьевна/

МЕНЮ
19 мая 2023 г.

3-7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	5,1	7,5	20,4	165
		ЧАЙ С САХАРОМ	180			12,7	50
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	80
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого				7,5	16,7	48,6	370
II Завтрак							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
Итого				1	0,2	20,2	92
Обед							
2008		ОВОЩИ ПОРЦИОННО	20	0,2		0,8	5
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10/20	4,9	10,2	9,6	88
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ	80	0,5	2,9	3,2	39
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,3	5,2	18,5	131
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	25,3	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82
Итого				11,7	18,9	74,4	448
Полдник							
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	180				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	80
Итого				2,3	0,9	15,4	80
Всего				22,5	36,7	158,6	990


Кулезнёва Светлана Юрьевна

