

Утверждаю

Детский сад №1 города Костромы
_____/Симакова Е.Д./

МЕНЮ
7 февраля 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,47	6,10	27,52	183,44	0,48
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,25	4,13	0,00	50,96	0,10
2008		БАТОН	30	2,28	0,88	15,64	79,74	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,08	3,37	16,72	114,71	0,64
Итого			424	14,08	14,48	59,88	428,85	1,22
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,13	3,87	13,58	105,97	3,35
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,09	16,56	1,49	186,14	0,01
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	4,51	18,54	125,95	9,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,44	21,10	101,54	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,59	0,24	18,11	88,29	72,00
Итого			600	17,83	25,62	72,82	607,89	84,36
Полдник								
		СНЕЖОК	153	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,75	0,98	7,44	41,70	0,00
Итого			163	0,75	0,98	7,44	41,70	0,00
Ужин								
2012	289	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ	70	9,49	22,44	11,46	285,74	0,22
2012	342	РАГУ ОВОЩНОЕ	130	2,06	2,67	11,73	79,79	10,93
2008		БАТОН	30	2,28	0,88	15,64	79,74	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,15	0,01	11,15	46,79	1,55
Итого			430	13,98	26,00	49,98	492,06	12,70
Всего				47,04	67,48	199,90	1 617,39	108,26

повар _____ Маркова Елена Николаевна