

Утверждаю

заведующая

МБДОУ № 34

_____/Молодова Ю.А/

МЕНЮ
29 июня 2026 г.

Сад

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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	2,72	1,37	15,38	84,65	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,30	0,18	8,83	38,33	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			448	3,02	1,55	24,21	122,98	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	139	0,70	0,14	14,06	59,87	2,78
Итого			139	0,70	0,14	14,06	59,87	2,78
Обед								
2008	106	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ Б-НЕ	200	5,11	7,22	10,52	127,81	5,48
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,40	0,49	35,98	161,90	0,00
2008	257	КУРИЦА ТУШЕНАЯ	70	11,25	16,02	1,87	197,01	1,74
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,06	0,01	19,76	79,50	0,28
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			669	19,82	23,74	68,13	566,22	7,50
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	4,44	18,03	0,02
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,81	2,31	17,95	99,95	0,00
Итого			225	1,88	2,31	22,39	117,98	0,02
Ужин								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	4,44	18,03	0,02
2008	133	ОВОЩНОЕ РАГУ	200	3,83	0,46	19,43	98,75	27,32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			429	3,90	0,46	23,87	116,78	27,34
Всего				29,32	28,20	152,66	983,83	37,64