



ИП Бушуева Д.А.
Меню на 04.05.2021 года

ДЕТСКИЙ САД №71 (3-7 ЛЕТ)

№ тех.кар.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., кк
------------	--------------------	-------	----------	---------	-----------	------------

ЗАВТРАК

КАША "ДРУЖБА"

513	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200			7,02	28,08
2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5	30\5	2,30	12,33	15,49	182,08

2-ОЙ ЗАВТРАК

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.

100

ОБЕД

17	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ 40	40	0,70		1,17	7,51
7	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 200	200	1,94	1,12	10,01	57,88
374	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 220 ГР	220	21,40	11,81	20,51	273,93
538	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,53	0,18	16,67	70,36
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	1,88	0,28	19,92	89,72
114	ХЛЕБ ПОРЦИОН.	25	2,00	0,25	12,43	59,95

ПОЛДНИК

534	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	6,00	5,00	9,40	106,60
559	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,27	1,70	39,47	189,94

УЖИН

201	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 150 ГР	150	2,53	0,31	14,50	70,92
353	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ 60	60	7,61	1,34	3,74	56,87
503	ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,36	37,44
114	ХЛЕБ ПОРЦИОН.	25	2,00	0,25	12,43	59,95

Итого по меню:

53,16 34,57 192,12 1291,23

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией Перевалова А.Я.

Калькулятор

/ Бушуева Д.А. /