Утверждаю

Директор
МОУ "Торосовская ООШ"
_____ /Поплавская ОИ/

МЕНЮ

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	7	9,1	26,4	216	1,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,8	4,8	15,3	129	0,9
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	1,9	5,8	12,8	111	0
Итого			**430**	**14,7**	**19,7**	**54,5**	**456**	**2,4**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,9	68	3,2
Итого			**150**	**0,8**	**0,2**	**15,9**	**68**	**3,2**
Обед								
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ НА КБ СО СМЕТАНОЙ	200	5,8	8,9	14	165	14,5
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	16,1	17,6	17,6	295	29,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			12,6	50	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,9	0,4	18,5	89	0
Итого			**638**	**24,8**	**26,9**	**62,7**	**599**	**44**
Полдник								
2012	254	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	100	6,8	10,2	5,3	140	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
Итого			**325**	**8,8**	**10,9**	**25,2**	**234**	**0,3**
Всего				**49,1**	**57,7**	**158,3**	**1357**	**49,9**

медсестра _____ Шопперт ЛВ

_____