Утверждаю ООО «Славиа»
Директор _____ Озрокова Ю.М
(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ детского сада № 29
_____ _____ А.В
(подпись) (Ф.И.О)

МЕНЮ

на 12.01 2023 г.

День 10	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	-
Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК № 72
Чай с молоком или сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	№ 394
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
Итого:	**430**	**21,6**	**26,8**	**37,8**	**484,8**	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Сок яблочно-виноградный, сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	№ 399
Итого:	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5	-
Суп с макаронными изделиями на К/Б	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК № 88/1
Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК № 66
Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,1	60,3	№ 376
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	-
Итого:	**670**	**23,9**	**16,4**	**88,4**	**599,9**	-
Полдник						
Печенье	50	3,8	4,9	37,2	208,5	-
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,0	103,1	№ 395
Итого:	**250**	**6,9**	**7,3**	**54,2**	**311,6**	
Ужин для детей от 3 до 7 лет						
Котлеты, биточки, шницели рубленные	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК № 61
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150	8,	5,1	36,9	234,4	№ 166
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№ 392
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	-
Итого:	**450**	**22,1**	**21,0**	**72,8**	**579,3**	-
Ужин 2						
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5	№ 401
Итого:	**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**	-
Итого за 10 день:		**80,6**	**76,1**	**279,8**	**2151,5**	-

Шеф-повар: