

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад "Солнышко"

/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

15 января 2025 г.

Ясли 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ	190	5,4	6,3	21,2	164	0,6
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,5	3	14,2	99	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	14,8	121	0
Итого			416	11,2	15,2	50,2	384	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	92	СУП КУЛЕШ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,8	5,5	9,3	107	3,4
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	11,1	23,3	6,7	282	0,4
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	135	3,1	4,7	18,1	128	8,4
2008	411	КИСЕЛЬ	280	1,9	0,7	49,5	213	5,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			717	22,6	34,6	101,2	815	17,5
Уплотнённый полдник								
2008	177	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С РИСОМ	155	6,3	6,5	26	190	20,8
		СОУС ТОМАТНЫЙ	65	1,6	4,5	10,1	88	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,8	31	0
2008		БАТОН	20	1,5	0,6	10	52	0
Итого			420	9,4	11,6	53,9	361	21,4
Всего				43,7	61,5	215,4	1603	42,1

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая
МДОУ - детский сад „ Солнышко”
_____ /Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

15 января 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ	210	6,7	6,7	28,1	200	0,7
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	210	3,8	3,1	17,1	114	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	19,9	154	0
Итого			467	13,5	16,8	65,1	468	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	92	СУП КУЛЕШ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,2	6	15,6	143	4,8
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	12,4	26,8	7,3	321	0,5
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	130	4	5,8	23,1	161	10,7
2008	411	КИСЕЛЬ	195	2	0,8	51,3	223	6,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22,1	106	0
Итого			637	27	39,9	119,4	954	22,1
Уплотнённый полдник								
2008	177	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С РИСОМ	175	7,4	7,1	28	207	22,3
		СОУС ТОМАТНЫЙ	60	1,7	2,9	10,3	74	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	235	2,3	2,8	27,8	146	0,1
2008		БАТОН	39	3	1,2	19,8	102	0
Итого			509	14,4	14	85,9	529	23,3
Всего				55,4	70,8	280,5	1994	48,7

шеф - повар _____

Коржина В.В.