

Утверждаю

Заведующая

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

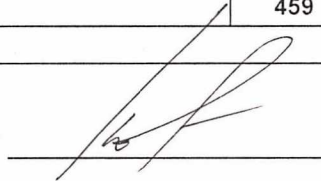
МЕНЮ

18 апреля 2024 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		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	185	5,5	7,4	18,8	165	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	185	1,5	1,3	11,2	62	0,3
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,7	14,8	120	0
Итого			406	9,3	14,4	44,8	347	0,9
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	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	65	3,6	5,3	7,3	92	3,5
2008	91	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	205	10,9	4,3	29,2	207	7,5
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ	170	10,2	24,3	19,5	340	9,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			5,6	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,1	82	0
Итого			680	27,4	34,3	78,7	744	20,8
Уплотнённый полдник								
2008	219	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С ФРУКТОВОЙ ПОДЛИВОЙ	130	19,1	14	44,9	387	0,4
2008	435	КЕФИР	199	5,8	5	8	105	1,4
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	14,8	77	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	14,7	70	15
Итого			459	27,8	20,5	82,4	639	16,8
Всего				65	69,3	216	1773	40,5

шеф - повар



Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая
МДОУ - детский сад "Солнышко"
/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

18 апреля 2024 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		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	205	6,9	8,2	24,4	199	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	185	2,3	2	13,5	82	0,4
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,1	6,9	20	155	0
Итого			437	12,3	17,1	57,9	436	1,1
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	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	65	4,5	6,2	8,7	109	4,2
2008	91	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	12,5	6,8	36,7	265	9,6
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	11	25,3	25,5	375	12,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			10,7	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,5	103	0
Итого			696	31,4	38,7	103,1	895	26,7
Уплотнённый полдник								
2008	219	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С ФРУКТОВОЙ ПОДЛИВОЙ	170	21,1	15,2	48,4	419	0,4
2008	435	КЕФИР	199	5,8	5	8	105	1,4
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	14,8	77	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	14,7	70	15
Итого			499	29,8	21,7	85,9	671	16,8
Всего				74	77,6	257	2045	46,6

шеф - повар

Коржина В.В.