

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко”

Фефилова Г.Н./

# МЕНЮ

18 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008		КАША "ЗДОРОВЬЕ"	185	5,5	6,4	24	176	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,6	35	0
2008		ПРЯНИК	30	2,1	1,6	26,3	128	0
Итого			395	7,6	8	58,9	339	0,6
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Обед</b>								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	195	4	8,3	10,7	140	4,6
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	11	24,4	11,2	312	27,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			614	17,6	33	47,1	567	32,5
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	146	КОТЛЕТА КАРТОФЕЛЬНАЯ	105	4,4	7,2	21,6	169	8,8
		СОУС ПОЛЬСКИЙ	50	2,2	6	1,1	68	0,1
2008	435	СНЕЖОК	201					0
2008		БАТОН	71	5,4	2,1	35,3	183	0
2008		БАНАН	100	2	0,7	27,9	128	13,3
Итого			527	14	16	85,9	548	22,2
Всего				39,7	57,1	202	1497	57,3

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

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

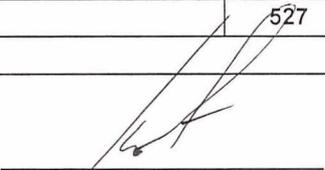
## МЕНЮ

18 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		КАША "ЗДОРОВЬЕ"	205	6,7	7,2	27,6	203	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			10,7	43	0
2008		ПРЯНИК	45	2,7	2,1	33,8	165	0
Итого			430	9,4	9,3	72,1	411	0,7
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Обед</b>								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	195	5,5	10,6	14	179	5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	12,6	26,1	16	353	34,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			10,7	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,8	100	0
Итого			624	21,3	37,1	61,5	675	39,3
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	146	КОТЛЕТА КАРТОФЕЛЬНАЯ	105	4,4	7,3	22,8	176	9,4
		СОУС ПОЛЬСКИЙ	50	2,2	6,3	1,1	71	0,1
2008	435	СНЕЖОК	201					0
2008		БАТОН	71	5,4	2,1	35,3	183	0
2008		БАНАН	100	1,3	0,4	17,6	81	8,4
Итого			527	13,3	16,1	76,8	511	17,9
Всего				44,5	62,6	220,5	1640	59,9

шеф - повар

  
Коржина В.В.