

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „Солнышко“

/Фефилова Г.Н./

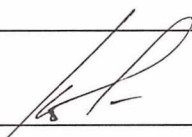
# МЕНЮ

20 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008		КАША ЯЧНЕВАЯ	195	5,6	6,6	23,2	175	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	220	3,7	3	15,9	106	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	15/6	1	5,2	6,6	77	0
Итого			436	10,3	14,8	45,7	358	1,2
<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		ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ ДОЛЬКА	69	0,6	0,1	1,2	9	3,5
2008	97	СУП КУДРЯВЫЙ СО СМЕТАНОЙ	280	4,9	5,6	20	157	4,5
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	160	10,4	25,4	21,2	355	10,7
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	205			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,3	88	0
Итого			757	18,8	31,5	68,4	640	18,7
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	7,4	7,4	30,3	217	0
2008	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	201	5,6	5	9,1	114	1,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2008		БАТОН	9	0,7	0,3	4,5	23	0
2008		МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	38
Итого			480	16	14,9	66,3	475	39,4
Всего				45,6	61,3	190,5	1516	61,3

шеф - повар



Коржина В.В.

Утверждаю

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

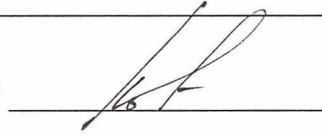
## МЕНЮ

20 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008		КАША ЯЧНЕВАЯ	220	6,5	8	25,9	203	0,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	220	4,6	3,6	17,7	123	0,8
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/7	1,4	6,3	9	99	0
Итого			467	12,5	17,9	52,6	425	1,6
<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		ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ ДОЛЬКА	62	0,5	0,1	1,1	8	3,1
2008	97	СУП КУДРЯВЫЙ СО СМЕТАНОЙ	255	5,7	6,4	22,5	177	6,5
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ	180	12,2	29,5	26,7	422	13,6
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	205			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,5	22,8	110	0
Итого			756	22	36,5	81,8	752	23,2
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	8,1	8,4	34,2	245	0
2008	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	201	5,6	5	9,1	114	1,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,5	2	14,9	83	0
2008		БАТОН	13	1	0,4	6,6	34	0
2008		МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	38
Итого			479	17	16	72,3	514	39,4
Всего				52	70,5	216,8	1734	66,2

шеф - повар



Коржина В.В.