

Утверждаю

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

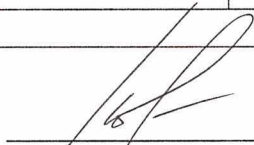
МЕНЮ

23 апреля 2024 г.

Сад 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		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	255	6,9	8,4	27,2	213	0,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	260	5,1	3,7	19,6	132	0,8
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,1	7	20,1	156	0
Итого			562	15,1	19,1	66,9	501	1,6
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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	325	7,6	6,7	25,1	194	1,1
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУР	50/50	10,7	16,3	6,6	216	2,2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6	5	27,5	179	0
2008	396	КИСЕЛЬ	194			16,5	66	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,1	0,4	19,5	94	0
Итого			795	27,4	28,4	95,2	749	3,3
Уплотнённый полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1/2 ШТ.	20	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	4,7	5,2	25,1	170	30,4
2008	435	ЙОГУРТ	199	5,6	5	9	113	1,4
2008		БАТОН	35	2,7	1	17,5	90	0
2008		БАНАН	135	2	0,7	28,5	130	13,6
Итого			589	17,5	14,1	80,2	534	45,4
Всего				60,5	61,7	252,4	1827	52,3

шеф - повар



Коржина В.В.

Утверждаю

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

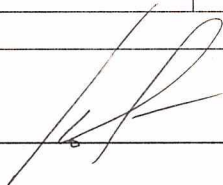
МЕНЮ

23 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	190	КАША "ДРУЖБА"	230	6,3	7,8	25,8	199	0,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	265	4,6	3,7	17,4	122	0,8
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	6	15	124	0
Итого			531	13,2	17,5	58,2	445	1,6
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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	240	5,4	5,9	14,7	133	0,9
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУР	50/50	8	11,3	4	150	1,8
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,6	4	16,5	116	0
2008	396	КИСЕЛЬ	195			14,4	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,7	76	0
Итого			682	19,5	21,5	65,3	532	2,7
Уплотнённый полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1/2 ШТ.	21	2,6	2,3	0,1	32	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,6	5	19	137	19,7
2008	435	ЙОГУРТ	199	5,6	5	9	113	1,4
2008		БАТОН	35	2,7	1,1	17,7	91	0
2008		БАНАН	136	2	0,7	28,6	131	13,6
Итого			571	16,5	14,1	74,4	504	34,7
Всего				49,7	53,2	208	1524	41

шеф - повар



Коржина В.В.