Утверждаю

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

МЕНЮ

27 марта 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ	185	5,3	6,1	21,1	161	0,6
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,4	2,9	13,8	96	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,1	5,9	13,5	116	0
Итого			**406**	**10,8**	**14,9**	**48,4**	**373**	**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	3,9	5,3	9,3	105	3,4
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	12,2	24,1	6,2	292	0,4
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	130	3,1	4,5	18	125	8,4
2008	411	КИСЕЛЬ	175			22,3	89	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			**604**	**21,8**	**34,2**	**72,4**	**691**	**12,2**
Уплотнёный полдник								
2008	177	ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ	150	5,6	6,1	21,7	166	20,8
		СОУС ПОЛЬСКИЙ	50	2,9	6	6,1	91	0
2008		ЙОГУРТ	221	6,2	5,5	10	125	1,6
2008		БАТОН	18	1,4	0,5	9,1	47	0
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			**539**	**17,6**	**18,6**	**67,9**	**525**	**32,4**
Всего				**50,7**	**67,8**	**198,8**	**1632**	**47,8**

шеф - повар _____ Коржина В,В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 марта 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ	205	6,5	6,6	27,8	197	0,6
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,6	3	17	111	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/7	2,8	6,9	18,1	146	0
Итого			**452**	**12,9**	**16,5**	**62,9**	**454**	**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	5,1	6	14,8	139	4,9
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	13,4	28,9	7	341	0,6
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	130	3,5	5,5	20,9	147	9,8
2008	411	КИСЕЛЬ	203			22	88	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,8	100	0
Итого			**642**	**25,2**	**40,8**	**85,5**	**815**	**15,3**
Уплотнёный полдник								
2008	177	ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ	170	6,1	6,2	26,1	187	22,5
		СОУС ПОЛЬСКИЙ	50	2,8	5,9	6,2	91	0
2008	430	ЙОГУРТ	181	6	5,3	9,7	122	0,6
2008		БАТОН	36	2,8	1,1	18	93	0
2008		БАНАН	100	1,3	0,4	18	83	4,4
Итого			**537**	**19**	**18,9**	**78**	**576**	**27,5**
Всего				**57,6**	**76,3**	**236,5**	**1888**	**46**

шеф - повар _____ Коржина В,В.