

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 декабря 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ	180	4,8	5,8	20	153	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,1	12,2	94	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,7	14,1	117	0
Итого			416	10,8	14,6	46,3	364	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК	100	0,3	0,2	15,8	68	0,8
Итого			100	0,3	0,2	15,8	68	0,8
Обед								
2008	56	ИКРА ОВОЩНАЯ	75	1	2,9	5,5	53	2,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ	200	4,6	3,3	14,9	108	3,5
2008	260	АЗУ С МЯСОМ	210	11,8	21,1	38,4	393	11,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,6	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			723	19,9	27,6	83,6	666	17,1
Уплотнённый полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	15,3	19,5	17,2	307	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,6	34	0
2008		МАНДАРИН	132	1,1	0,3	9,9	50	50,2
2008		БАТОН	28	2,2	0,8	14,1	73	0
Итого			460	18,6	20,6	49,8	464	50,7
Всего				49,6	63	195,5	1562	69,8

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко”

/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

27 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	5,2	6,3	20,4	161	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,6	3	14	99	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	2,9	6,9	18,7	149	0
Итого			447	11,7	16,2	53,1	409	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК	100	0,3	0,2	15,8	68	0,8
Итого			100	0,3	0,2	15,8	68	0,8
Обед								
2008	56	ИКРА ОВОЩНАЯ	50	1,1	2,9	5,9	56	2,5
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ	215	8,5	3,8	38,7	224	5,7
2008	260	АЗУ С МЯСОМ	205	12,9	26	34,3	425	12
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98	0
Итого			718	25,7	33,1	108,9	842	20,2
Уплотнённый полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	13,7	19,5	5,3	252	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			10,7	43	0
2008		БАТОН	33	2,5	1	16,4	85	0
2008		МАНДАРИН	131	1,1	0,3	9,9	50	50,2
Итого			459	17,3	20,8	42,3	430	50,7
Всего				55	70,3	220,1	1749	72,9

шеф - повар

Коржина В.В.