**Утверждаю**

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

# МЕНЮ

**28 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 180 | 5,7 | 7,2 | 19,9 | 169 | 0,6 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | | 8,8 | 35 | 0 |
| 2008 | | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30/6 | 2,1 | 5,8 | 13,5 | 115 | 0 |
| **Итого** | | | **396** | **7,8** | **13** | **42,2** | **319** | **0,6** |
| **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 | 76 | СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | 200 | 3,9 | 6,1 | 7,5 | 105 | 3,3 |
| 2008 | 260 | АЗУ | 205 | 11 | 26,6 | 21,6 | 372 | 10,6 |
| 2008 | 402 | КИСЕЛЬ | 174 | | | 12,8 | 51 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 37 | 2,5 | 0,3 | 15,9 | 76 | 0 |
| **Итого** | | | **616** | **17,4** | **33** | **57,8** | **604** | **13,9** |
| **Уплотнёный полдник** | | | | | | | | |
| 2008 | 147 | КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | 150 | 9,8 | 10,8 | 67,3 | 409 | 6 |
| 2008 | 435 | МОЛОКО | 182 | 6,3 | 5,4 | 10,4 | 117 | 1,2 |
| 2008 | 453 | ЖАВАРОНКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА | 80 | 9,2 | 8,9 | 52,3 | 325 | 0,2 |
| 2008 | | БАТОН | 27 | 2,1 | 0,8 | 13,5 | 70 | 0 |
| **Итого** | | | **439** | **27,4** | **25,9** | **143,5** | **921** | **7,4** |
| **Всего** | | | | **53,1** | **72** | **253,6** | **1887** | **23,9** |

шеф - повар _____ Коржина В,В.

**Утверждаю**

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

# МЕНЮ

**28 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 200 | 6 | 8,3 | 21,7 | 187 | 0,6 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35/7 | 2,8 | 6,9 | 18 | 145 | 0 |
| **Итого** | | | **422** | **8,8** | **15,2** | **49,4** | **371** | **0,6** |
| **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 | 76 | СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | 200 | 3,8 | 6,4 | 12,5 | 127 | 4,2 |
| 2008 | 260 | АЗУ | 205 | 10,7 | 27,2 | 22,2 | 377 | 11,1 |
| 2008 | 402 | КИСЕЛЬ | 173 | | | 20,9 | 84 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 47 | 3,1 | 0,4 | 19,8 | 95 | 0 |
| **Итого** | | | **625** | **17,6** | **34** | **75,4** | **683** | **15,3** |
| **Уплотнёный полдник** | | | | | | | | |
| 2008 | 147 | КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ | 150 | 8,8 | 10,1 | 54,1 | 346 | 3,5 |
| 2008 | 435 | МОЛОКО | 182 | 5,7 | 4,9 | 9,4 | 106 | 1 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125 | 0 |
| 2008 | 453 | ЖАВАРОНКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА | 80 | 8,7 | 9,9 | 50,7 | 324 | 0,2 |
| 2008 | | БАТОН | 27 | 2,1 | 0,8 | 13,5 | 70 | 0 |
| **Итого** | | | **469** | **27,6** | **28,6** | **150** | **971** | **4,7** |
| **Всего** | | | | **54,5** | **77,9** | **284,9** | **2068** | **22,6** |

шеф - повар _____ Коржина В,В.