

Утверждаю

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

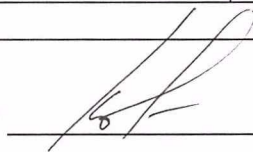
# МЕНЮ

14 июня 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ	185	4,8	6	20,2	155	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	210	3,6	2,9	16,3	107	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/6	1,6	5,6	10,6	100	0
<b>Итого</b>			<b>426</b>	<b>10</b>	<b>14,5</b>	<b>47,1</b>	<b>362</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	100	0,3	0,2	15,8	68	0,8
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>15,8</b>	<b>68</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,4	3	12,1	90	3,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	100	10	24	18,5	332	9,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,6	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
<b>Итого</b>			<b>537</b>	<b>15,9</b>	<b>27,3</b>	<b>55</b>	<b>532</b>	<b>12,8</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ДОМАШНЕМУ	205	17	11,6	5,2	194	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,6	34	0
2008		ПРЯНИК	15	0,9	0,7	11,3	55	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	12,9	62	13,2
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>18,4</b>	<b>12,8</b>	<b>38</b>	<b>345</b>	<b>14</b>
<b>Всего</b>				<b>44,6</b>	<b>54,8</b>	<b>155,9</b>	<b>1307</b>	<b>28,8</b>

шеф - повар



Коржина В.В.

Утверждаю

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

## МЕНЮ

14 июня 2024 г.

Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ	205	5,6	6,5	22,6	172	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,5	2,9	16,1	107	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,1	6,6	14	124	0
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>11,2</b>	<b>16</b>	<b>52,7</b>	<b>403</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	100	0,3	0,2	15,8	68	0,8
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>15,8</b>	<b>68</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	235	8	3,8	36,1	211	5,7
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	200	11,3	27,9	23,7	392	12,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,8	96	0
<b>Итого</b>			<b>682</b>	<b>22,4</b>	<b>32,1</b>	<b>89,3</b>	<b>738</b>	<b>17,9</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ДОМАШНЕМУ	205	18,5	13,5	5,2	217	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			10,7	43	0
2008		ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128	0
2008		БАТОН	24	1,9	0,7	12,2	63	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	12,9	62	13,2
<b>Итого</b>			<b>544</b>	<b>23</b>	<b>16,3</b>	<b>67,3</b>	<b>513</b>	<b>14</b>
<b>Всего</b>				<b>56,9</b>	<b>64,6</b>	<b>225,1</b>	<b>1722</b>	<b>33,9</b>

шеф - повар

  
Коржина В.В.