

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко"

/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

17 мая 2024 г.

Ясли 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ	190	4,9	5,8	20	153	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	210	3,6	3	16,3	108	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	15/6	0,9	5,5	6,2	78	0
Итого			421	9,4	14,3	42,5	339	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		САЛАТ МОРКОВЬ С КУКУРУЗОЙ	55	2,6	2,9	14,7	96	2,9
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	205	4,7	3,4	14,8	109	3,4
2008	260	АЗУ	205	10,2	24,3	19,5	339	9,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,7	0,4	17,6	85	0
Итого			707	20,2	31	75,1	663	16
Уплотнённый полдник								
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	11,9	5	1,9	99	0,6
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,9	3,7	21,9	141	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	1,8	2,3	28	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,5	34	0
2008		БАТОН	12	0,9	0,4	6,2	32	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Итого			507	18,6	11,4	53,7	396	14,7
Всего				48,5	56,9	187,1	1466	32,7

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 мая 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ	210	5,7	6,6	22,6	173	0,7
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	210	3,6	3	16,2	107	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/7	1,3	6,3	8,3	95	0
Итого			447	10,6	15,9	47,1	375	1,3
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		САЛАТ МОРКОВЬ С КУКУРУЗОЙ	55	2,8	3,1	15,7	102	3,5
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	205	5,9	3,4	22	144	5,6
2008	260	АЗУ	205	11,6	28,9	21,2	393	10,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22,1	106	0
Итого			717	23,7	35,9	90,7	784	19,6
Уплотнённый полдник								
2008	245	КОТЛета РЫБНАЯ	70	14,3	4,9	7,3	131	0,6
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,4	4,7	24,6	162	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,9	2	5,3	43	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			10,7	43	0
2008		БАТОН	14	1,1	0,4	7,2	37	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Итого			534	22,2	12,5	68	478	14,7
Всего				56,8	64,5	221,6	1705	36,4

шеф - повар

Коржина В.В.