

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко"

/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

21 мая 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	190	КАША "ДРУЖБА"	185	5,2	6,7	23,8	178	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	205	3,4	2,8	15,1	100	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,8	14,8	121	0
Итого			426	10,9	15,3	53,7	399	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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	185	4,3	4,8	12,9	112	0,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУР	55/50	9,7	13	7,1	185	2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,6	18,8	130	8,8
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	8,6	37	1,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,8	81	0
Итого			680	19,9	22,8	64,2	545	12,7
Уплотнённый полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1 /2ШТ.	45	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	185	4,5	5	19,7	145	31,5
2008	435	СНЕЖОК	194					0
2008		БАТОН	34	2,6	1	17,1	88	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	13,4	64	13,6
Итого			558	10,1	8,7	50,3	328	45,1
Всего				41,4	46,9	178,3	1315	61

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко"

/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

21 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	190	КАША "ДРУЖБА"	210	5,8	7,5	25,4	193	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,6	2,8	16	105	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	19,7	154	0
Итого			457	12,4	17,3	61,1	452	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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	255	6,4	5,6	22,6	168	0,8
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУР	55/50	11,8	16,5	13,7	250	1,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,6	5,8	20,2	147	9,3
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	11,6	49	1,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,1	101	0
Итого			760	25,2	28,4	89,2	715	13,2
Уплотнённый полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1 /2ШТ.	45	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	205	4,7	6,5	19,9	160	34
2008	435	СНЕЖОК	194					0
2008		БАТОН	34	2,6	1	17,2	89	0
2008		ЯБЛОКО	87	0,3	0,3	8,6	41	8,7
Итого			565	10,1	10	45,8	321	42,7
Всего				48,2	55,8	206,2	1531	59,1

шеф - повар

Коржина В.В.