

Утверждаю

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

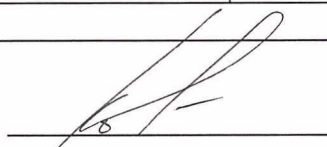
МЕНЮ

22 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 ПШЕНИЧНАЯ	180	5,3	6,2	21,1	162	0,6
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,8	14	96	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,8	14,8	121	0
Итого			396	10,9	14,8	49,9	379	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	92	СУП КУЛЕШ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,9	5,2	9,4	105	3,4
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	11,5	24,2	7,1	292	0,6
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	130	3,1	4,7	17,9	127	8,4
2008	411	КИСЕЛЬ	163			20	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,1	83	0
Итого			593	21,2	34,5	71,5	687	12,4
Уплотнённый полдник								
2008	177	ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ	155	7,2	6,2	31,4	212	26,8
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	60	0,6	3,2	3,8	46	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8	32	0
2008		БАТОН	20	1,5	0,6	9,8	51	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			515	9,7	10,4	62,8	388	37,7
Всего				42,3	59,8	194,3	1497	53,3

шеф - повар



Коржина В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 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 ПШЕНИЧНАЯ	200	6,5	6,5	27,7	196	0,6
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,6	3	16,9	110	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	19,8	154	0
Итого			447	13,1	16,5	64,4	460	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	92	СУП КУЛЕШ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	195	6,1	6,6	16,8	155	6
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	12,8	28,2	7,2	333	0,5
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	130	3,5	5,5	20,8	147	9,8
2008	411	КИСЕЛЬ	195			21	84	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,5	104	0
Итого			631	25,8	40,7	87,3	823	16,3
Уплотнённый полдник								
2008	177	ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ	175	7,5	7,1	35,8	240	26,8
2008	364	СОУС ТОМАТНЫ	75	1,9	4,1	12,2	93	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,7	39	0
2008		БАТОН	39	3	1,2	19,7	102	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			569	12,8	12,8	86	515	36,5
Всего				52,2	70,1	247,8	1841	56

шеф - повар


Коржина В.В.