

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко”

/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

31 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	185	4,9	5,7	19,9	152	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	210	4	3,1	17,7	115	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	3	7	13,7	130	0
Итого			431	11,9	15,8	51,3	397	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	99	СУП С РОЖКАМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	1,5	4,7	9,7	89	3,4
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	230	15,5	28,3	14,4	377	30,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,3	4,2	11,2	92	5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,5	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,3	78	0
Итого			798	21,8	37,5	60,1	670	38,9
Уплотнённый полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,4	0,1	1,3	7	5,1
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ДОМАШНЕМУ	205	26,6	18,2	13,6	326	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,5	34	0
2008		БАТОН	27	2,1	0,8	13,7	71	0
Итого			463	29,1	19,1	37,1	438	5,9
Всего				63,1	72,6	164,3	1573	46,8

шеф - повар


Коржина В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 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	205	5,6	6,5	22,6	173	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	4,2	3,2	17,8	118	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/7	5,8	9,8	25,3	213	0
Итого			452	15,6	19,5	65,7	504	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	99	СУП С РОЖКАМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	3,4	7,8	21,7	176	5,6
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	230	14,9	35,8	12,8	436	38,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	4,1	4,7	26,3	165	12,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			18,2	73	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,2	97	0
Итого			808	25,6	48,7	99,2	947	56,4
Уплотнённый полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,4	0,1	1,3	7	5,1
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ДОМАШНЕМУ	205	27,1	21	5,5	320	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,7	35	0
2008		ВАФЛИ	71	2	2,4	55,1	252	0
2008		БАТОН	32	2,5	1	16	83	0
Итого			539	32	24,5	86,6	697	5,9
Всего				73,5	92,9	267,3	2216	64,3

шеф - повар

Коржина В.В.