

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 мая 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ	180	5,3	6	20,8	160	0,6
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,9	13,8	96	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/6	1,2	5,5	7,7	85	0
Итого			386	9,9	14,4	42,3	341	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	3,8	5,5	9,1	106	3,4
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	55	11,1	24,3	4,1	280	0,6
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	130	3,1	4,5	17,9	126	8,4
2008	411	КИСЕЛЬ	172			19,6	78	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			597	20,6	34,7	67,7	672	12,4
Уплотнённый полдник								
2008	236	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	145	21,5	14,9	10,8	263	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,6	30	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,4	18,3	102	0
2008		БАТОН	10	0,8	0,3	5	26	0
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			460	25,7	18,1	62,7	517	10,7
Всего				56,7	67,3	182,8	1573	26,3

шеф - повар


Коржина В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 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	25/7	1,6	6,4	10,3	105	0
Итого			432	11,7	15,9	54,9	411	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	5,1	6	14,9	139	5,4
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	55	11,8	26,6	4,6	305	0,6
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	130	3,5	5,5	20,8	147	9,8
2008	411	КИСЕЛЬ	202			19,6	78	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			632	23,7	38,5	81,1	771	15,8
Уплотнённый полдник								
2008	236	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ	145	21,1	14,5	13	268	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,7	39	0
2008		БАТОН	20	1,6	0,6	10,2	53	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,5	3,2	24,8	138	0
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			480	26,7	18,8	78,7	594	10,8
Всего				62,6	73,3	224,8	1819	29,8

шеф - повар


Коржина В.В.