

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко“

/Фефилова Г.Н./

## МЕНЮ

22 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		КАША "ЗДОРОВЬЕ"	185	5,5	6,5	23,9	177	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,8	35	0
2008		ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>7,3</b>	<b>7,9</b>	<b>55,2</b>	<b>322</b>	<b>0,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОШКОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	60	1,4	3,3	7,2	65	4,7
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	210	1,9	3,1	10,8	84	4,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	11,5	25,9	10,9	327	27,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,8	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,8	81	0
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>17,4</b>	<b>32,6</b>	<b>54,5</b>	<b>592</b>	<b>37</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	193	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЁНЫМ МОЛОКОМ	100/40	25,5	18,6	38,3	428	0,5
2008	435	СНЕЖОК	202					0
2008		БАТОН	59	4,5	1,8	29,4	152	0
2008		БАНАН	100	2	0,7	27,9	128	13,3
<b>Итого</b>			<b>501</b>	<b>32</b>	<b>21,1</b>	<b>95,6</b>	<b>708</b>	<b>13,8</b>
<b>Всего</b>				<b>57,2</b>	<b>61,7</b>	<b>215,4</b>	<b>1665</b>	<b>53,4</b>

шеф - повар

  
Коржина В.В.

Утверждаю

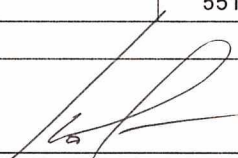
Заведующая  
МДОУ - детский сад „ Солнышко”  
/Фефилова Г.Н./

**МЕНЮ**  
22 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		КАША "ЗДОРОВЬЕ"	205	6,7	7,2	27,6	203	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			10,6	43	0
2008		ПРЯНИК	35	2,1	1,6	26,3	128	0
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>8,8</b>	<b>8,8</b>	<b>64,5</b>	<b>374</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	63	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГОРОШКОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	95	1,4	7,1	6,8	98	6,1
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	220	2,8	4,7	15,1	120	6
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	13,2	27,5	15,9	367	34,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			10,6	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,9	100	0
<b>Итого</b>			<b>744</b>	<b>20,7</b>	<b>39,7</b>	<b>69,3</b>	<b>728</b>	<b>46,3</b>
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	193	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЁНЫМ МОЛОКОМ	150/40	32,5	21,6	51,9	538	0,7
2008	435	СНЕЖОК	202					0
2008		БАТОН	59	4,5	1,8	29,4	152	0
2008		БАНАН	100	1,3	0,4	17,6	81	8,4
<b>Итого</b>			<b>551</b>	<b>38,3</b>	<b>23,8</b>	<b>98,9</b>	<b>771</b>	<b>9,1</b>
<b>Всего</b>				<b>68,3</b>	<b>72,4</b>	<b>242,8</b>	<b>1916</b>	<b>58,1</b>

шеф - повар

  
Коржина В.В.