

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 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	180	4,8	5,6	19,7	150	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	15,9	104	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/6	1,8	5,7	11,5	105	0
Итого			411	9,9	14,2	47,1	359	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	1,8	4,5	10,4	92	3,3
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	125	11,9	26,1	20,2	365	10
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	1	2	5,8	45	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			617	17,5	33	62,9	623	14,2
Уплотнённый полдник								
2008	235	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ФРУКТОВОЙ ПОДЛИВОЙ	200	9,3	13,8	36,2	308	0,5
2008		ЙОГУРТ	200	5,6	5	9	113	1,4
2008		ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
2008		БАТОН	23	1,8	0,7	11,5	60	0
Итого			453	18,5	20,9	79,2	591	1,9
Всего				46,2	68,3	205	1641	18,1

шеф - повар


Коржина В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 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	200	5,5	6,4	22,3	170	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	15,9	104	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,3	6,7	15,4	131	0
Итого			437	11,1	16	53,6	405	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	3,1	4,9	19,6	142	5,7
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	125	12,9	30,7	20,6	411	10,2
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	1	2,8	5,8	52	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22,1	106	0
Итого			627	20,4	38,9	77,8	750	16,8
Уплотнённый полдник								
2008	235	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ФРУКТОВОЙ ПОДЛИВОЙ	200	9,7	13,3	40,5	322	0,5
2008		ЙОГУРТ	213	6	5,3	9,6	121	1,5
2008		ПРЯНИК	30	1,8	1,4	22,5	110	0
2008		БАТОН	27	2,1	0,8	13,3	69	0
Итого			470	19,6	20,8	85,9	622	2
Всего				51,4	75,9	233,1	1845	20,8

шеф - повар

Коржина В.В.