

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 апреля 2024 г.

Ясли 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	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	15/6	1	5,4	6,3	77	0
Итого			401	9,1	13,9	41,9	331	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		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ	55	3,1	4,2	17,8	122	4,1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,9	3,3	15,3	110	3,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	170	10,1	24,3	19,1	337	9,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			667	20,9	32,2	78,7	690	16,9
Уплотнённый полдник								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	20	14,2	5,2	229	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,7	35	0
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
2008		БАТОН	12	1	0,4	6,3	32	0
Итого			412	21,6	15,3	35,7	367	0,7
Всего				51,9	61,6	172,1	1456	19,6

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 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		
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	20/7	1,3	6,3	8,6	96	0
Итого			427	10,1	15,6	46,8	370	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		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ	55	3,2	4,3	18,3	125	4,5
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,3	3,4	18,5	126	4,1
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	200	11,5	28	21,2	384	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,5	0,5	22,2	107	0
Итого			707	23,5	36,2	89,9	781	19
Уплотнённый полдник								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	19,4	15,5	5,1	239	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			10,7	43	0
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008		БАТОН	15	1,1	0,4	7,4	38	0
Итого			425	21,3	16,9	46,4	426	0,7
Всего				55,2	68,9	198,9	1645	21,7

шеф - повар

Коржина В.В.