

Утверждаю
И.о.заведующего МБДОУ «Детский сад № 379»

Николаева / О.Н. Николаева

Меню

2 мая 2024г.

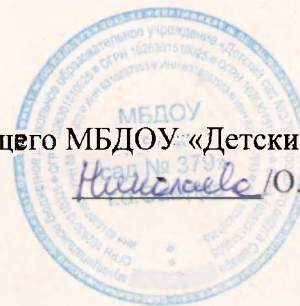
ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	88	Каша «Дружба» молочная	150	3.14	5.08	13.1	201	0.4
		Батон с маслом	15\5	2.3	4.3	9.0	108.0	
		Кофейный напиток	180	3.1	3.2	11.1	96.2	
Итого			350				405.2	
II Завтрак								
			80	0.9	0.2		47.0	15
Итого								
Обед								
	15		30	0.3	2.5	4.2	20.4	3.2
	74	Суп с рыбными консервами	150	4.0	2.1	11.1	60.0	5.5
	282	Макароны отварные	120	11.0	9.8	4.8	83.0	0
	204	Омлет	100	4.1	4.48	30.1	150	0
	123	Компот из с/м ягод	150	0.1	0.04	8.7	34.7	20.0
		Хлеб пшеничный	25	3	0.1	21.2	70.0	
		Хлеб ржаной	20	1	0.	7.9	34.0	
Итого			460					
Полдник								
		Печенье	35	3.24	6.1	25.8	170	0
		Молоко	150	4.5	3.9	6.2	82.3	1.4
Итого			200					
Ужин								
		Огурец солёный	18	13.1	13.8	11.0	90.0	0.14
		Картофельное пюре	130	2.8	4.2	9.7	82.4	21.0
		Чай с лимоном	180/5	0.12	0.02	10.2	31	2.83
		Хлеб пшеничный	15				33.5	
Итого			400					
Всего							1393	

Медсестра

Николаева

Утверждаю
И.о.заведующего МБДОУ «Детский сад № 379»



Николаева / О.Н. Николаева

Меню

2 мая 2024г.

САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	88	Каша «Дружба» молочная	200	3.16	5.09	13.17	221.	0.45
		Батон с маслом	20/5	2.3	4.3	9.1	112.4	0
		Кофейный напиток	180	3.10	3.20	11.18	96.2	0.54
Итого							429.8	
II Завтрак								
			80	0.9	0.2		47.0	15
Итого								
Обед								
	15		40	0.3	2.51	4.29	21.79	3.26
		Суп с рыбными консервами	200/5	4.2	2.19	11.16	83.35	5.5
		Омлет	145	11.2	9.88	4.81	147.	0
		Макароны отварные	130	4.19	4.48	30.12	170.2	0
		Компот из см ягод	180	0.1	0.04	8.71	44.72	20.0
		Хлеб пшеничный		2.1	0.1	14.2	118.0	
		Хлеб ржаной	30	2.7	0.3	17.9	67.0	
Итого			620					
Полдник								
		Печенье	35	3.24	6.16	25.84	174	0
		Молоко	200	5.5	3.9	6.3	114.3	
Итого			250					
Ужин								
		Огурец солёный	18	13.13	13.89	11.9	103.2	0.14
		Картофельное пюре	150	2.8	4.2	9.74	91.05	21.9
		Чай с лимоном	200/5	0.12	0.02	10.2	41	2.83
		Хлеб пшеничный	15				33.5	
Итого			450					
Всего							1703.8	

Медсестра *Мик...*