

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»

Николаева Ю.Н. Николаева

Меню

17 апреля 2024г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	237	Запеканка творожная с соусом	120/30	17,1	8,2	40,6	273,6	0,24
		Батон с сыром	15/12	2,3	4,3	15,1	105,5	0
		Какао с молоком	180	3,1	3,4	14,7	102,7	1,2
Итого			350	14,5	15,9	70,4	484,7	3,38
II Завтрак								
			80	0,6	0,6	9,8	47,0	15
Итого								
Обед								
		Огурец соленый	20	1,0	0,6	5,5	53,7	17,48
	80	Суп на м/к бульоне овощной	150	6,0	7,7	13,5	146,7	10
	276	Жаркое по домашнему	160	12,8	11,5	20,9	238,2	7,25
		Напиток из шиповника	150			23,6	79,7	90,0
		Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	15,1		71,0
		Хлеб ржаной	30	2,9	0,4	18,9		91,0
Итого				23,5	22,4	95,7	677,9	29,13
Полдник								
	136	Ватрушка с повидлом	50	3,3	3,9	27,6	287,3	0,06
		Варенец	150	4,5	3,9	6,2	82,3	1,4
Итого			200	7,8	10,0	33,8	360,2	1,4
Ужин								
		Каша манная молочная	200	9,26	8,54	41,25	279,0	2,2
		Кофейный напиток	180	2,3	22,3	1,43	120,0	6
		Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого			400					
Всего				72,9	71,9	270,7	1420	65,67

Медсестра *Николаева*

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»



Николаева Ю.Н. Николаева

Меню

17 апреля 2024г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	237	Запеканка творожная с соусом	120/30	17,1	8,2	40.6	273,6	0,24
		Батон с сыром	15/12	2,3	4,3	15.1	105,5	0
		Какао с молоком	180	3.1	3,4	14.7	102.7	1.2
Итого			350	14,5	15,9	70.4	484,7	3.38
II Завтрак								
			80	0.6	0.6	9.8	47.0	15
Итого								
Обед								
		Огурец соленый	20	1.0	0.6	5.5	53.7	17.48
	80	Суп на м/к бульоне овощной	150	6.0	7.7	13.5	146.7	10
	276	Жаркое по домашнему	160	12.8	11.5	20.9	238.2	7.25
		Напиток из шиповника	150			23.6	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	20	2.3	0.2	15.1		71.0
		Хлеб ржаной	30	2.9	0.4	18.9		91.0
Итого				23.5	22.4	95.7	677.9	29.13
Полдник								
	136	Ватрушка с повидлом	50	3.3	3.9	27.6	287.3	0.06
		Варенец	150	4.5	3.9	6.2	82.3	1.4
Итого			200	7.8	10.0	33.8	360.2	1.4
Ужин								
		Каша манная молочная	200	9.26	8.54	41.25	279.0	2.2
		Кофейный напиток	180	2.3	22.3	1.43	120.0	6
		Хлеб пшеничный	20	2.3	0.2	15.1	71.0	
Итого			400					
Всего				72.9	71.9	270.7	1420	65.67

Медсестра *Николаева*