Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»
_____/А.В.Борщук

Меню

1 апреля 2022г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

от 14,00

Сборник рецептур	№ техн. карт	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Суп с макаронными изделиями	150	9,8	9,4	35.2	265,4	2.53
2012		Батон с маслом	15/5	2,3	4,3	15,1	108,4	0
		Чай с молоком	180	2.8	3,1	14.3	96,9	1.2
Итого			350	**14,9**	**16,8**	**64.6**	**450,7**	**3.73**
II Завтрак								
		Сок фруктовый	75	0,9	0,2	15.8	73,6	3
Итого				**0,9**	**0,2**	**16.8**	**73,6**	**3**
Обед								
2008		Салат из свеклы	30	0.7	2.5	4.51	16.23	44.0
2009		Суп на м/к бульоне с крупой	150	3,3	5,03	12.3	98,6	10
2018		Бефстроганов из отварного мяса	70	15,51	12,43	3.29	157,0	0.01
2008		Картофельное пюре	120	3.0	3.7	20.0	124.9	16.0
2008		Напиток из шиповника	150	0.6	0.3	22.0	92,7	2.08
		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,26	9.62	45,4	0
		Хлеб ржаной	20	1,41	0,21	14.94	64,2	0
Итого			560					**20,43**
Полдник								
2008		Запеканка творожная с соусом	60/20	14,10	9,72	11.81	193,51	0.58
2008		Чай с сахаром	150	4,3	3,7	5,8	77,1	1.4
Итого			230	**7,3**	**9,7**	**26,9**	**228,3**	**2.47**
Ужин								
2008		Каша геркулесовая	200	9,0	9,3	35.2	265.4	2.53
2012		Кофейный напиток	180	5,5	4,8	9.1	101.7	2.73
		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,26	9.62	45.4	0
Итого			400	**14,8**	**13,3**	**59,2**	**417,1**	**3.18**
Всего				**62,3**	**65,2**	**249,8**	**1384**	**32.81**

Медсестра _____

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»
_____/А.В.Борщук

Меню

1 апреля 2022г.

САД 12 ЧАСОВ

ст - ть 150,00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Суп с макаронными изделиями	200	9,8	9,4	35.2	265,4	2.53
2008		Батон с маслом	15/5	2,3	4,3	15.1	108,4	0
		Чай с молоком	180	2,8	3,1	14.3	96,9	1.2
Итого			400	**14,9**	**16,8**	**64.6**	**470,7**	**3.73**
II Завтрак								
			100	0,9	0,2	15.8	73,6	3
Итого				**0,9**	**0,2**	**16.8**	**73,6**	**3**
Обед								
2008		Салат из свеклы	30	0.7	2.5	4.51	16.23	44.0
2008		Суп на м/к бульоне с крупой	200	3,3	5,03	12.3	106,6	10
2008		Бефстроганов из отварного мяса	80	15,51	12,43	3.29	187,0	0.01
2008		Картофельное пюре	130	3.0	3.7	20.0	124.9	16.0
2008		Напиток из шиповника	180	0,6	0,3	22.0	92,7	2.08
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0,26	9,62	45,4	0
		Хлеб ржаной	20	1.41	0,21	14,94	64,2	0
Итого			670	**24,4**	**25,2**	**92,3**	**693,5**	**20,43**
Полдник								
2012		Запеканка творожная с соусом	80/20	14,10	9,72	11.81	193,51	0.58
		Чай с сахаром	150	4,3	3,7	5,8	77,1	1.4
Итого			250	**7,3**	**9,7**	**26,9**	**228,3**	**2.47**
Ужин								
2008		Каша геркулесовая	220	9,0	9,3	35.2	265,4	2.53
2012		Кофейный напиток	200	5,5	4,8	9.1	101.7	2.73
		Хлеб пшеничный	30	1,5	0,26	9.62	45.4	0
Итого			450					**3.18**
Всего				**62,3**	**65,2**	**259,8**	**1780,0**	**32.81**

Медсестра _____