

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

Меню

1 августа 2022г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

ош 150,00

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	165	Каша гречневая с молоком	150	9.95	9.37	40.1	287	0.5
2008	01	Батон с маслом	15/5	2.1	7.7	16.1	143	0
2008	392	Чай с сахаром	180	0.4		8.5	36	
Итого			350	12.45	16.3	64.7	466	0.5
II Завтрак								
2013	398		70	0.6	0.3	22.0	92.7	0.5
Итого			70	0.6	0.3	22	92.7	
Обед								
			20	1.0	0.6	5.5	53.7	17.4
201	81	Суп на курином бульоне гороховый	150	4.39	4.21	13.05	114	4.65
2008	301	Суфле из мяса птицы	60	7.2	6.7	3.1	111.0	19.95
2008	132	Капуста тушеная	120	8.58	12.3	11.35	194.0	24.99
2008	376	Компот из сухофруктов	150	0.4	0.02	24.99	102	0.36
2008		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
2008		Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.2	0
Итого			540	20.17	23.83	77.69	474	29.95
Полдник								
2008	138	Пирожок с картофелем	60	6.83	9.90	29.48	249.18	1.31
2008	117	Молоко	150	3.10	3.20	11.18	84.91	0.54
Итого			210	9.93	13.1	40.66	334.09	1.85
Ужин								
2008	168	Каша пшеничная молочная	200	4.7	3.8	19.3	132	0
	392	Какао на молоке	180	0.4		8.5	36	0
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
Итого			400	5.5	4.0	38.3	220	
Всего				44.65	46.53	191.3	1369.14	43.3

Медсестра

А.В.Борщук

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

Меню

1 августа 2022г.

САД 12 ЧАСОВ

Ср - 15100

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
200	165	Каша гречневая с молоком	200	9.95	9.67	40.1	287	0.5
200	01	Батон с маслом	15.5	2.1	7.7	16.1	143	0
200	392	Чай с сахаром	180	0.4		8.5	36	
Итого			400	12.45	16.3	64.7	466	0.5
II Завтрак								
200	398		70	0.6	0.3	22.0	92.7	0.5
Итого			70	0.6	0.3	22	92.7	
Обед								
			30	1.0	0.6	5.5	53.7	17.9
200	81	Суп на курином бульоне гороховый	200	4.39	4.21	13.05	114	4.65
200	301	Суфле из мяса птицы	70	7.2	6.7	3.1	111.0	19.95
200	132	Капуста тушеная	130	9.58	12.3	11.35	194.0	24.99
200	376	Компот из сухофруктов	180	0.4	0.02	24.99	102	0.36
200		Хлеб пшеничный	25	1.5	0.26	9.62	45.4	0
200		Хлеб ржаной	25	1.41	0.21	14.94	64.2	0
Итого			660	20.17	23.83	77.69	474	29.95
Полдник								
200	138	Пирожок с картофелем	80	6.83	9.90	29.48	249.18	1.31
200	117	Молоко	180	3.10	3.20	11.18	84.91	0.54
Итого			260	9.93	13.1	40.66	334.09	1.85
Ужин								
200	168	Каша пшеничная молочная	220	4.7	3.8	19.3	132	0
	392	Какао на молоке	200	0.4		8.5	36	0
		Хлеб пшеничный	30	1.5	0.26	9.62	45.4	0
Итого			450	5.5	4.0	38.3	220	
Всего				54.65	61.53	201.3	1669.14	43.3

Медсестра

А.В.Борщук