

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



Меню
1 декабря 2022г.
ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

с 179 00

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Каша манная молочная	150	8.26	6.54	14.2	190.0	2.18
2008		Бутерброд с маслом	15/5	2.3	4.3	9.1	105.5	0
2012		Кофейный напиток	180	1.4	1.2	20.1	91.2	1.17
Итого			350	12.9	12.0	43.4	405	
II Завтрак								
		Напиток из шиповника	70	0.3	22.0		92.7	92.7
Итого			70				92.7	
Обед								
2008		Салат из капусты	30	0.7	1.45	3.51	12.23	44.0
2008		Суп картофельный с клецками на м/к бульоне	150	4.62	5.69	6.4	56.0	12.7
2008		Плов и мясом	150	8.6	8.1	25.9	170.3	1.2
2008		Напиток из вишни	150	0.2		16.1	54.5	2.83
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.2	0
Итого			530					
Полдник								
		Пряник	40	2.96	4.0	29.8	163.0	0
		Молоко	150	4.1	3.3	4.1	62.5	1.4
Итого			190	8.1	8.2	33.9		
Ужин								
2008		Рыба запеченная в омлете	110	10.6	6.0	2.3	77.6	0.6
2008		Свекла тушеная в соусе	90	1.4	2.3	5.5	54.6	3.8
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Чай с лимоном	180/5			9.7	38.7	0
Итого			400	49.6	53.6	212.0	1406.0	
Всего								

Медсестра _____

1 Борщук

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



Меню
1 декабря 2022г.

САД 12 ЧАСОВ

179 00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Каша манная молочная	200	9.26	7.54	41.25	279.0	2.18
2008		Бутерброд с маслом	15/5	2.3	4.3	15.1	105.5	0
2012		Кофейный напиток с молоком	180	1.4	1.2	20.1	96.2	1.17
Итого			400	12.96	13.04	76.4	480	
II Завтрак								
		Напиток из шиповника	70	0.3	22.0		92.7	92.7
Итого			70					
Обед								
2008		Салат из капусты	30	0.7	1.45	4.51	56.23	44.0
2008		Суп картофельный с клецками на м/к бульоне	200	5.62	6.69	6.4	96.0	12.7
2008		Плов из мяса	180	10.6	10.1	30.9	231.3	1.2
2000		Напиток из вишни	180	0.2		23.1	104.5	2.83
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.2	0
Итого			650					
Полдник								
		Пряник	50	3.7	5.0	38.10	203.0	0
		Молоко	200	5.1	3.3	7.1	92.5	1.4
Итого			250	8.8	8.3	45.2	295.5	1.4
Ужин								
2008		Рыба запеченная в омлете	140	12.6	6.0	3.3	117.6	0.6
2008		Свекла тушеная в соусе	90	1.4	1.3	9.5	64.6	3.8
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Чай с лимоном	200/5			9.7	58.7	0
Итого			450	66.39	65.9	244.2	1792.0	
Всего								

Медсестра

А.В.Борщук