

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

**Меню**

2 марта 2023г.

**ЯСЛИ 12 ЧАСОВ**



сум 179 00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
	168	Каша манная молочная	150	9.39	8.41	43.52	279.0	2.18
		Бутерброд с маслом	15/5	2.3	4.3	15.1	105.5	0
		Кофейный напиток с молоком	180	1.4	1.2	20.1	96.2	1.17
Итого			350					
<b>II Завтрак</b>								
		Напиток из плодов шиповника	70	0.3	0.1	9.9	39.0	40.0
Итого								
<b>Обед</b>								
		Огурец свежий	23	0.7	2.45	4.51	16.23	44.0
	85	Суп картофельный с клецками	150	5.62	8.69	6.4	86.0	12.7
	304	Плов из мяса	150	10.6	11.1	30.9	231.3	1.2
	123	Напиток из вишни	150	0.2		23.1	41.0	0.4
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	20	3.6	0.5	23	110.8	0
Итого								
<b>Полдник</b>								
		Пряник	50	3.0	3.9	29.8	166.8	0
		Молоко	150	5.1	4.3	7.1	92.5	1.4
Итого			200					
<b>Ужин</b>								
	249	Рыба запеченная в омлете	110	12.6	6.0	3.3	117.6	0.6
	339	Свекла тушеная в соусе	90	1.4	2.3	9.5	64.6	3.8
		Хлеб пшеничный	15	2.8	0.2	18.6	87.6	0
		Чай с сахаром, лимоном	185			9.7	38.7	0
Итого			400					
Всего								

Медсестра

*А.В.Борщук*



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



**Меню**  
 2 марта 2023г.  
 САД 12 ЧАСОВ

состав 179,00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
	168	Каша манная молочная	200	9.39	8.41	43.52	279.0	2.18
		Бутерброд с маслом	15/5	2.3	4.3	15.1	105.5	0
		Кофейный напиток с молоком	180	1.4	1.2	20.1	96.2	1.17
Итого			400					
<b>II Завтрак</b>								
		Напиток из плодов шиповника	70	0.3	0.1	9.9	39.0	40.0
Итого								
<b>Обед</b>								
		Огурец свежий	23	0.7	2.45	4.51	16.23	44.0
	85	Суп картофельный с клецками	200	5.62	8.69	6.4	86.0	12.7
	304	Плов из мяса	180	10.6	11.1	36.9	231.3	1.2
	123	Напиток из вишни	150	0.2		23.1	41.0	0.4
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	20	3.6	0.5	23	110.8	0
Итого								
<b>Полдник</b>								
		Пряник	50	3.0	3.9	29.8	166.8	0
		Молоко	200	5.1	4.3	7.1	92.5	1.4
Итого			250					
<b>Ужин</b>								
	249	Рыба запеченная в омлете	140	12.6	6.0	3.3	117.6	0.6
	339	Свекла тушеная в соусе	90	1.4	2.3	9.5	64.6	3.8
		Хлеб пшеничный	15	2.8	0.2	18.6	87.6	0
		Чай с сахаром лимоном	205			9.7	38.7	0
Итого			450					
Всего								

Медсестра А.В.Борщук