

Утверждаю
И.о.заведующего МБДОУ «Детский сад № 379»



Ю.Н. Николаева

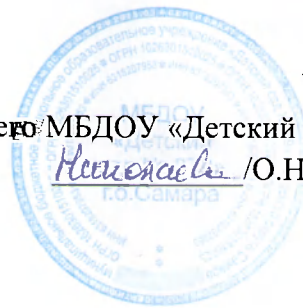
Меню

2 мая 2024г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 88 | Каша «Дружба» молочная | 150 | 3.14 | 5.08 | 13.1 | 201 | 0.4 |
| | | Батон с маслом | 15/5 | 2.3 | 4.3 | 9.0 | 108.0 | |
| | | Кофейный напиток | 180 | 3.1 | 3.2 | 11.1 | 96.2 | |
| Итого | | | 350 | | | | 405.2 | |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | | 80 | 0.9 | 0.2 | | 47.0 | 15 |
| Итого | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | 15 | | 30 | 0.3 | 2.5 | 4.2 | 20.4 | 3.2 |
| | 74 | Суп с рыбными консервами | 150 | 4.0 | 2.1 | 11.1 | 60.0 | 5.5 |
| | 282 | Котлета из мяса | 60 | 11.0 | 9.8 | 4.8 | 83.0 | 0 |
| | 204 | Омлет | 100 | 4.1 | 4.48 | 30.1 | 150 | 0 |
| | 123 | Компот из с/м ягод | 150 | 0.1 | 0.04 | 8.7 | 34.7 | 20.0 |
| | | Хлеб пшеничный | 25 | 3 | 0.1 | 21.2 | 70.0 | |
| | | Хлеб ржаной | 20 | 1 | 0. | 7.9 | 34.0 | |
| Итого | | | 460 | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | Печенье | 35 | 3.24 | 6.1 | 25.8 | 170 | 0 |
| | | Молоко | 150 | 4.5 | 3.9 | 6.2 | 82.3 | 1.4 |
| Итого | | | 200 | | | | | |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | Огурец солёный | 18 | 13.1 | 13.8 | 11.0 | 90.0 | 0.14 |
| | | Картофельное пюре | 130 | 2.8 | 4.2 | 9.7 | 82.4 | 21.0 |
| | | Чай с лимоном | 180/5 | 0.12 | 0.02 | 10.2 | 31 | 2.83 |
| | | Хлеб пшеничный | 15 | | | | 33.5 | |
| Итого | | | 400 | | | | | |
| Всего | | | | | | | 1393 | |

Медсестра Николаева



Утверждаю
И.о.заведующего МБДОУ «Детский сад № 379»
Николаева /О.Н.Николаева

Меню
2 мая 2024г.
САД 12 ЧАСОВ

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|-------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 88 | Каша «Дружба» молочная | 200 | 3.16 | 5.09 | 13.17 | 221. | 0.45 |
| | | Батон с маслом | 20/5 | 2.3 | 4.3 | 9.1 | 112.4 | 0 |
| | | Кофейный напиток | 180 | 3.10 | 3.20 | 11.18 | 96.2 | 0.54 |
| Итого | | | | | | | 429.8 | |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | | 80 | 0.9 | 0.2 | | 47.0 | 15 |
| Итого | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | 15 | | 40 | 0.3 | 2.51 | 4.29 | 21.79 | 3.26 |
| | | Рассольник на к/бульоне со сметаной | 200/5 | 4.2 | 2.19 | 11.16 | 83.35 | 5.5 |
| | | Котлета из мяса | 70 | 11.2 | 9.88 | 4.81 | 147. | 0 |
| | | Макароны изделия отварные | 130 | 4.19 | 4.48 | 30.12 | 170.2 | 0 |
| | | Компот из с\м ягод | 180 | 0.1 | 0.04 | 8.71 | 44.72 | 20.0 |
| | | Хлеб пшеничный | | 2.1 | 0.1 | 14.2 | 118.0 | |
| | | Хлеб ржаной | 30 | 2.7 | 0.3 | 17.9 | 67.0 | |
| Итого | | | 620 | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | Печенье | 35 | 3.24 | 6.16 | 25.84 | 174 | 0 |
| | | Молоко | 200 | 5.5 | 3.9 | 6.3 | 114.3 | |
| Итого | | | 250 | | | | | |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | Огурец солёный | 18 | 13.13 | 13.89 | 11.9 | 103.2 | 0.14 |
| | | Картофельное пюре | 150 | 2.8 | 4.2 | 9.74 | 91.05 | 21.9 |
| | | Чай с лимоном | 200/5 | 0.12 | 0.02 | 10.2 | 41 | 2.83 |
| | | Хлеб пшеничный | 15 | | | | 33.5 | |
| Итого | | | 450 | | | | | |
| Всего | | | | | | | 1703.8 | |

Медсестра *Николаева*