

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



**Меню**  
 3 апреля 2023г.  
 ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

*ст 76 179 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>    |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
|                   | 165           | Каша гречневая с молоком         | 150   | 10.8              | 9.62    | 30.85       | 184.34                        | 2             |
|                   |               | Батон с маслом                   | 15/ 5 | 2.3               | 4.3     | 9.1         | 105.5                         | 0             |
|                   |               | Чай с сахаром                    | 180   |                   |         |             | 38.7                          | 0.03          |
| Итого             |               |                                  | 350   |                   |         |             |                               |               |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
|                   | 398           | Напиток из шиповника             | 80    | 0.6               | 0.3     | 22.0        |                               | 92.7          |
| Итого             |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
| <b>Обед</b>       |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
|                   |               | Огурец (.соленый)                | 32    | 1.0               | 0.6     | 55          | 5.56                          | 17.1          |
|                   | 81            | Суп на курином бульоне гороховый | 150   | 4.3               | 4.2     | 13.0        | 109.4                         |               |
|                   | 301           | Суфле из мяса птицы              | 60    | 12.0              | 5.5     | 5.5         | 110                           |               |
|                   | 132           | Капуста тушеная                  | 120   | 2.6               | 4.1     | 9.1         | 89.0                          |               |
|                   | 376           | Компот из сухофруктов            | 150   | 0.4               | 0.02    | 24.9        | 102                           | 0.36          |
|                   |               | Хлеб пшеничный                   | 25    |                   |         |             |                               |               |
|                   |               | Хлеб ржаной                      | 30    |                   |         |             |                               |               |
| Итого             |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
| <b>Полдник</b>    |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
|                   | 138           | Пирожок с картофелем             | 60    | 6.8               | 9.9     | 29.4        | 249                           | 1.3           |
|                   |               | Какао напиток                    | 150   | 5.1               | 5.2     | 11.0        | 80.9                          | 0.5           |
| Итого             |               |                                  | 210   |                   |         |             |                               |               |
| <b>Ужин</b>       |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
|                   | 168           | Каша пшеничная молочная          | 200   | 9.9               | 9.6     | 40.1        | 287                           | 2.4           |
|                   |               | Чай с молоком                    | 180   |                   |         |             | 38.7                          |               |
|                   |               | Хлеб пшеничный                   | 20    |                   |         |             |                               |               |
| Итого             |               |                                  | 400   |                   |         |             |                               |               |
| Всего             |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |

Медсестра

*А.В.Борщук*

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



**Меню**  
3 апреля 2023г.

**САД 12 ЧАСОВ**

СТ - По 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>    |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
|                   | 165           | Каша гречневая молочная          | 200   | 10                | 9.52    | 32.4        | 194                           | 0             |
|                   |               | Батон с маслом                   | 15\5  | 2.3               | 4.3     | 9.1         | 105.5                         |               |
|                   |               | Чай с сахаром                    | 180   |                   |         |             |                               |               |
| Итого             |               |                                  | 400   |                   |         |             | 38.7                          | 0.03          |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
|                   | 398           | Напиток из шиповника             | 100   | 0.6               | 0.3     | 22.0        | 92.7                          |               |
| Итого             |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
| <b>Обед</b>       |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
|                   |               | Огурец соленый)                  | 32    | 1.1               | 0.6     | 5.5         | 5.56                          | 17.9          |
|                   | 81            | Суп на курином бульоне гороховый | 200   | 4.3               | 4.3     | 13.2        | 109.4                         |               |
|                   | 301           | Суфле из мяса птицы              | 70    | 12.37             | 5.59    | 3.33        | 111.72                        | 19.2          |
|                   | 132           | Капуста тушеная                  | 130   | 2.66              | 4.18    | 9.71        | 89.05                         | 21.9          |
|                   | 376           | Компот из сухофруктов            | 180   | 0.4               | 0.02    | 24.9        | 102                           | 0.36          |
|                   |               | Хлеб пшеничный                   | 20    |                   |         |             |                               |               |
|                   |               | Хлеб ржаной                      | 40    |                   |         |             |                               |               |
| Итого             |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
| <b>Полдник</b>    |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
|                   | 138           | Пирожок с картофелем             | 80    | 6.8               | 9.9     | 29.4        | 249                           | 1.3           |
|                   |               | Какао напиток                    | 180   | 3.1               | 3.2     | 11.0        | 80.9                          | 0.5           |
| Итого             |               |                                  | 260   |                   |         |             |                               |               |
| <b>Ужин</b>       |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |
|                   | 168           | Каша пшеничная молочная          | 220   | 9.9               | 9.7     | 40.1        | 287                           | 2.4           |
|                   |               | Чай с молоком                    | 200   |                   |         |             | 38.7                          |               |
|                   |               | Хлеб пшеничный                   | 30    |                   |         |             |                               |               |
| Итого             |               |                                  | 450   |                   |         |             |                               |               |
| Всего             |               |                                  |       |                   |         |             |                               |               |

Медсестра

*А.В. Боршук*