

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



Меню
3 май 2023г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

сумма 179,00

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	237	Запеканка творожная с соусом	120/30	17.1	8.2	40.6	273.6	0.24
		Батон с маслом	24/5	2.3	4.3	15.1	105.5	0
		Какао с молоком	180	3.1	3.4	14.7	102.7	1.2
Итого			350	14.5	15.9	70.4	484.7	3.38
II Завтрак								
		Яблоко	95	0.6	0.6	9.8	47.0	15
Итого								
Обед								
		Огурец соленый	36	1.0	0.6	5.5	53.7	17.48
	80	Суп на т/м овощной	150	6.0	7.7	13.5	146.7	10
	276	Пюре картофельное	120	12.8	11.5	20.9	238.2	7.25
		Напиток из шиповника	150			23.6	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	20	2.3	0.2	15.1		71.0
		Хлеб ржаной	30	2.9	0.4	18.9		91.0
Итого				23.5	22.4	95.7	677.9	29.13
Полдник								
	136	Ватрушка с повидлом	60	3.3	3.9	27.6	287.3	0.06
		Снежок	150	4.5	3.9	6.2	82.3	1.4
Итого			210	7.8	10.0	33.8	360.2	1.4
Ужин								
		Каша манная молочная	200	9.26	8.54	41.25	279.0	2.2
		Кофейный напиток	180	2.3	22.3	1.43	120.0	6
		Хлеб пшеничный	20	2.3	0.2	15.1	71.0	
Итого			400					
Всего				72.9	71.9	270.7	1420	65.67

Медсестра *И. Борщук*

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



Меню

3 май 2023г.

сод. 179 00 САД 12 ЧАСОВ

Барник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге тическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле воды, г		
Завтрак								
	237	Запеканка творожная с соусом	150/40	17,1	8,2	40,6	273,6	0,24
		Батон с сыром	24/5	2,3	4,3	15,1	105,5	0
		Какао с молоком	180	3,1	3,4	14,7	102,7	1,2
Итого			400	14,5	15,9	70,4	484,7	3,38
II Завтрак								
		Яблоко	105	0,6	0,6	9,8	47,0	15
Итого								
Обед								
		Огурец соленый	36	1,0	0,6	5,5	53,7	17,48
	80	Суп на т.мовошной	200	6,0	7,7	13,5	146,7	10
	276	Поре картофельное	130	12,8	11,5	20,9	238,2	7,25
		Напиток из шиповника	150			23,6	79,7	90,0
		Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	15,1		71,0
		Хлеб ржаной	30	2,9	0,4	18,9		91,0
Итого				23,5	22,4	95,7	677,9	29,13
Полдник								
	136	Ватрушка с повидлом	80	5,5	3,9	27,6	287,3	0,06
		Снежок	170	4,5	3,9	6,2	82,3	1,4
Итого			250	7,8	10,0	33,8	360,2	1,4
Ужин								
		Каша манная молочная	220	9,26	8,54	41,25	279,0	2,2
		Кофейный напиток	200	2,3	22,3	1,43	120,0	6
		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого			450					
Всего				72,9	71,9	270,7	1808,0	65,67

Медсестра _____