

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

Меню

5 июля 2022г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

с 15,00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	88	Каша «Дружба» молочная	150	3.16	5.09	13.17	111.58	0.45
2008	01	Батон с маслом	15/5	1.23	3.87	9.31	129	0
2012	117	Кофейный напиток	180	2.6	2	12	78	0.4
Итого			350	15.95	10.96	44.48	318.58	0.85
2.5								
2008	320		100	0.5	0.1	10.6	45	2.3
Итого								2.3
Обед								
			30	0.7	2.5	4.51	16.23	44.0
2008	74	Рассольник на к/к бульоне	150/5	4.0	2.19	11.16	83.35	5.5
2008	282	Котлета из мяса птицы	60	11.2	9.88	4.81	153.03	0
2008	204	Макароны с маслом	120	5.21	3.76	32.14	183.24	0
2008		Напиток из вишни	150	0.1		5.5	23	6.1
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	20	1.41	0.21	14.94	64.2	0
Итого			550				572.6	11.6
Полдник								
2008		Печенье	45	3.24	6.16	25.84	184	0
2008		Кефир	150	6	5.0	9.8	112	0.6
Итого							295	
Ужин								
2012		Рыба под яйцом	70	13.13	13.89	11.9	103.2	0.14
2008		Капуста тушеная	130	9.58	12.3	11.35	194.0	24.99
2008		Чай с лимоном	180/5	0.1		7.2	35	
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.26	9.62	45.4	
Итого			400				394.2	
Всего				44.7	47.64	173.9	1405.3	32.0

Медсестра

С.Фарина

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

Меню
5 июля 2022г.

САД 12 ЧАСОВ

сс 152,00

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	88	Каша «Дружба» молочная	200	3.16	5.09	13.17	111.58	0.45
2008	01	Батон с маслом	15/5	1.23	3.87	9.31	129	0
2012	117	Кофейный напиток	180	2.6	2	12	78	0.4
Итого			400	15.95	10.96	44.48	318.58	0.85
2.5								
2008	320		100	0.5	0.1	10.6	45	2.3
Итого								2.3
Обед								
			30	0.7	2.5	4.51	16.23	44.0
2008	74	Рассольник на к/к бульоне	200	4.0	2.19	11.16	83.35	5.5
2008	282	Котлета из мяса птицы	70	11.2	9.88	4.81	153.03	0
2008	204	Макаронные изделия с маслом	130	5.21	3.76	32.14	183.24	0
2008		Напиток из вишни	180	0.1		5.5	23	6.1
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	20	1.41	0.21	14.94	64.2	0
Итого			650				572.6	11.6
Полдник								
2008		Печенье	50	3.24	6.16	25.84	184	0
2008		Кефир	180	6	5.0	9.8	112	0.6
Итого							295	
Ужин								
2012		Рыба под яйцом	80	13.13	13.89	11.9	103.2	0.14
2008		Капуста тушеная	150	9.58	12.3	11.35	194.0	24.99
2008		Чай с лимоном	200/5	0.1		7.2	35	
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.26	9.62	45.4	
Итого			450				394.2	
Всего				54.7	67.64	203.9	1800.3	32.0

Медсестра

Горина