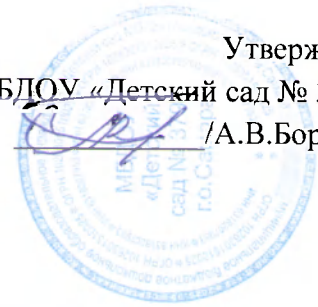


Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»
/А.В.Борщук



Меню
07 ноября 2023г.
ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

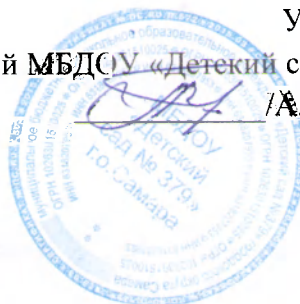
с 179 00

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	168	Каша гречневая вязкая молочная	150	11.08	9.83	40.42	287.0	2.18
	01	Бутерброд с маслом	15/5	1.23	5.84	14.43	105.5	0.11
	397	Какао с молоком	180	3.0	3.1	14.0	96.7	1.43
Итого			350					
II Завтрак								
	399	Сок фруктовый	80	0.5		25.6	3	47.5
Итого								
Обед								
	33	Салат из свеклы	30	2.8	11.7	4.2	134.4	4.75
	82	Суп на т/м с макаронными изделиями	150	2.15	2.27	13.71	84	6.6
	132	Капуста тушеная	180	3.8	6.2	107.6	194.7	24.99
		Напиток из смородины	150			9.7	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	20	3.2	0.4	20.6	98.9.0	0
Итого								
Полдник								
		Печенье	50	3.0	3.9	29.8	203.0	0
		Йогурт	150	6.1	5.3	10.1	82.0	2.73
Итого			190					
Ужин								
	255		60	8.3	3.4	4.3	81.9	0.34
	56	Гороховое пюре	135	16.0	3.5	33.5	114.7	229.5
		Хлеб пшеничный	20	0.8	0.1	5.0	23.7	0
		Чай с сахаром, лимоном	185	0.06	0.02	9.46	0.03	38
Итого			400					
Всего								

Медсестра _____

Утверждаю

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



Меню
07 ноября 2023г.

САД 12 ЧАСОВ

179 00

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	168	Каша гречневая вязкая молочная	200	11.08	9.83	40.42	287.0	2.18
	01	Бутерброд с маслом	15/5	1.23	5.84	14.43	105.5	0.11
	397	Какао с молоком	180	3.0	3.1	14.0	96.7	1.43
Итого			400					
II Завтрак								
	399	Сок фруктовый	80	0.5		25.6	3	47.5
Итого								
Обед								
	33	Салат из свеклы	40	2.8	11.7	4.2	134.4	4.75
	82	Суп на т/м с макаронными изделиями	200	2.15	2.27	13.71	84	6.6
	132	Капуста тушеная	200	3.8	6.2	107.6	194.7	24.99
		Напиток из смородины	180			9.7	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	30	3.2	0.4	20.6	98.9.0	0
Итого								
Полдник								
		Печенье	50	3.0	3.9	29.8	203.0	0
		Йогурт	200	6.1	5.3	10.1	82.0	2.73
Итого			250					
Ужин								
	255		80	8.3	3.4	4.3	81.9	0.34
	56	Гороховое пюре	145	16.0	3.5	33.5	114.7	229.5
		Хлеб пшеничный	20	0.8	0.1	5.0	23.7	0
		Чай с сахаром, лимоном	205	0.06	0.02	9.46	0.03	38
Итого			450					
Всего								

Медсестра *А.В.Боршук*