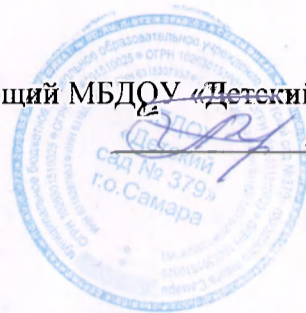


Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»
/А.В.Борщук



Меню
8 февраля 2023г.
ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

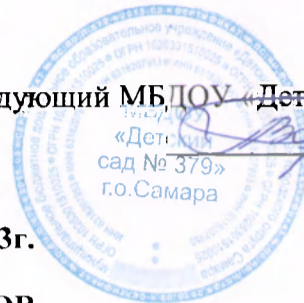
ст → 179 00

Сборник рецептур	№ 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	20/3	2,3	4,3	15,1	105,5	0
		Чай с молоком	180	3,1	3,4	14,7	102,7	1,2
Итого				14,5	15,9	70,4	484,7	3,38
II Завтрак								
		Яблоко	90	0,6	0,6	9,8	47,0	15
Итого								
Обед								
		Огурец свежий	25	1,0	0,6	5,5	53,7	17,48
	80	Суп на м/к бульоне овощной	150	6,0	7,7	13,5	146,7	10
	276	Жаркое по домашнему	150	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
		Чай с сахаром	150	4,5	3,9	6,2	82,3	1,4
Итого				210	7,8	10,0	338	1,4
Ужин								
		Каша манная молочная	200	9,26	8,54	41,25	279,0	2,2
		Какао на молоке	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
8 февраля 2023г.

САД 12 ЧАСОВ

ст № 179,00

Сборник рецептур	№ 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	150/30	17,1	8,2	40,6	273,6	0,24	
		Батон с маслом	30/5	2,3	4,3	15,1	105,5	0	
		Чай с молоком	180	3,1	3,4	14,7	102,7	1,2	
Итого				14,5	15,9	70,4	484,7	3,38	
II Завтрак									
		Яблоко	100	0,6	0,6	9,8	47,0	15	
Итого									
Обед									
		Огурец свежий	23	1,0	0,6	5,5	53,7	17,48	
	80	Суп на м/к бульоне овощной	200	6,0	7,7	13,5	146,7	10	
	276	Жаркое по домашнему	200	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	3,3	3,9	27,6	287,3	0,06	
		Чай с сахаром	180	4,5	3,9	6,2	82,3	1,4	
Итого				260	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	
		Какао на молоке	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	1908,0	65,67	

Медсестра

И.Ф.Ромашкина