

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



Меню
9 февраля 2022г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

05 - 14900

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Каша рисовая молочная	150	5.96	7.41	15.04	218.0	2.18
2008		Бутерброд с маслом	20/5	2.3	4.3	5.1	105.4	0
		Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.46	38.	0.03
Итого			355	10.3	12.7			
II Завтрак								
			95	0.6	0.6	15.7	47.0	15.0
Итого			95	0.6	0.6			
Обед								
		Салат из моркови	30	1.2	5.09	9.69	85.92	3.26
2008		Щи из свежей капусты на м/к бульоне со сметаной	150	5.7	7.3	6.4	94.05	1.27
2008		Запеканка картофельная с мясом	150	8.6	11.8	13.5	206.3	3.8
2008		Компот из сушеных фруктов	150	0.2	0.01	10.5	100.9	0.36
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	20	0.94	0.14	9.96	64.20	0
Итого			515	20.3	25.6			
Полдник								
2008		Крендель сахарный	50	3.54	5.57	27.87	161.0	0
		Молоко	150	5.0	4.4	7.0	92.5	1.4
Итого			200	8.54				
Ужин								
2008		Запеканка из творога	140/30	14.1	6.2	30.6	243.6	0
2012		Какао с молоком	200	2.6	2.3	12.3	110.6	1.43
		Хлеб пшеничный	30	1.5	0.26	9.62	45.4	0
			400	17.08				
Итого				46.82	57.3	228.0	1399.0	28.7
Всего								

Медсестра

Л. Борщук

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



Меню
9 февраля 2022г.

САД 12 ЧАСОВ

слож - 150,00

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Каша рисовая молочная	200	7.96	8.41	45.04	288.0	2.18
2008		Бутерброд с маслом	25/5	2.3	4.3	15.1	105.4	0
		Чай с сахаром	180			9.7	38.7	0.03
Итого			410		12.7			
II Завтрак								
			100	0.6		15.7	47.0	15.0
Итого					0.6			
Обед								
		Салат из моркови	40	1.3	5.09	6.79	86.92	3.26
2008		Щи из свежей капусты на м/к бульоне со сметаной	200	5.7	8.3	7.4	129.1	16.03
2008		Запеканка каргофельная с мясом	180	10.6	11.8	23.5	236.3	3.8
2008		Компот из сушеных фруктов	180	0.5	0.1	28.5	117.9	0.36
		Хлеб пшеничный	20	4.7	0.4	31.1	146.8	0
		Хлеб ржаной	30	2.9	0.4	18.9	91.0	0
Итого					27.6			
Полдник								
2008		Крендель сахарный	70	3.54	6.57	27.87	181.0	0
		Молоко	200	5.0	4.4	7.0	92.5	1.4
Итого			270					
Ужин								
2008		Запеканка из творога	170/30	17.1	8.2	40.6	273.6	0
2012		Какао с молоком	200	2.6	2.3	22.3	120.6	1.43
		Хлеб пшеничный	35					
				56.82	68.37	256.32	1816.8	28.7
Итого			435					
Всего								

Медсестра

А.В. Борщук