

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



Меню

10 января 2024г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

от 17900

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	25/5	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								
			95	0,6	0,6	9,8	47,0	15
Итого								
Обед								
		Салат из капусты	40	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	Картофельное пюре	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
		Варенец	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

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



Меню

10 января 2024г.

САД 12 ЧАСОВ

25 17300

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	150/40	17,1	8,2	40,6	273,6	0,24
		Батон с маслом	25/5	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								
Итого			100	0,6	0,6	9,8	47,0	15
Обед								
		Салат из капусты	50	1,0	0,6	5,5	53,7	17,48
	80	Суп на т/м овощной	200	6,0	7,7	13,5	146,7	10
	276	Картофельное пюре	130	12,8	11,5	20,9	238,2	7,25
		Напиток из шиповника	180			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
		Варенец	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