

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

Меню

12 июля 2022г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

5 а 150,00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Каша гречневая вязкая молочная	150	11.08	9.83	40.42	287.0	2.4
2008		Бутерброд с маслом	15/5	1.23	5.84	14.43	105.5	0.11
2012		Какао с молоком	180	3.0	3.1	14.0	96.7	1.43
Итого			350	15.31	18.77	68.85	489.2	3.94
II Завтрак								
			100	0.5		25.6	3	73.5
Итого			100					
Обед								
2008		Салат из свеклы	30	2.8	11.7	4.2	134.4	4.75
2008		Суп на м/к бульоне с макаронными изделиями	150	2.15	2.27	13.71	84	6.6
2008		Капуста тушеная с мясом	180	3.8	6.2	107.6	194.7	24.99
2012		Напиток из	150			9.7	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.20	0
Итого			550					
Полдник								
		Печенье	40	2.96	4.0	29.8	163.0	0
		Молоко	150	6.1	5.3	10.1	82.0	2.73
Итого			190					
Ужин								
			60	8.3	3.4	4.3	81.9	0.34
		Гороховое пюре	135	12.0	3.5	33.5	204.7	
		Хлеб пшеничный	20	2.07	0.36	12.02	56.7	0
		Чай с лимоном	180/5	0.06	0.02	9.46	0.03	38
Итого			400	61.7	59.7	234	1402	
Всего								

Медсестра

А.В.Борщук

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

Меню

12 июль 2022г.

САД 12 ЧАСОВ

сб → 151,00

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Каша гречневая молочная	200	11.08	9.83	40.42	287.0	2.18
2008		Бутерброд с маслом	15/5	1.23	5.84	14.43	105.5	0.11
2012		Какао с молоком	180	3.0	3.1	14.0	96.7	1.43
Итого			400	17.31				
II Завтрак								
			100	0.5		25.6	3	0.5
Итого								
Обед								
2008		Салат из свеклы	30	2.8	11.7	4.2	134.4	4.75
2008		Суп на м/к бульоне с макаронными изделиями	200	2.15	2.27	13.71	84	6.6
2008		Капуста тушеная с мясом	200	3.8	6.2	107.6	194.7	24.99
2008		Напиток из вишни	180			9.7	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.20	0
Итого			670	24.6	20.57	155.1	581	
Полдник								
		Печенье	50	3.7	5.0	38.10	203.0	0
		Молоко	200	6.1	8.3	10.1	82.0	1.4
Итого			250					
Ужин								
2008			80	8.3	3.4	4.3	81.9	0.34
2008		Гороховое пюре	145	16.0	3.5	33.5	229.7	
		Хлеб пшеничный	20	2.9	0.45	16.83	79.45	0
		Чай с лимоном	200/5	0.06	0.02	9.46	0.03	38
Итого			450	61.2	66.3	261.9	1749.2	121.0
Всего								

Медсестра

