

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



Меню

13 июня 2023г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

ср 179.00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	88	Каша «Дружба» молочная	150	3.14	5.08	13.1	210	0.4
		Батон с маслом	15\5	2.3	4.3	9.0	105.0	
		Кофейный напиток	180	3.1	3.2	11.1	84.0	
Итого			350					
II Завтрак								
		Сок фруктовый	80	0.9	0.2		47.0	15
Итого								
Обед								
	15	Салат из свеклы	30	0.3	2.5	4.2	21.4	3.2
	74	Рассольник на т/м	150	4.0	2.1	11.1	83.0	5.5
	282	Яйцо вареное	20	11.0	9.8	4.8	150.0	0
	204	Макароны с маслом	120	4.1	4.48	30.1	170	0
	123	Напиток из вишни	150	0.1	0.04	8.7	34.7	20.0
		Хлеб пшеничный	15	2.1	0.1	14.2	70.0	
		Хлеб ржаной	20	2.7	0.3	17.9	81.0	
Итого			460					
Полдник								
		Печенье	50	3.24	6.1	25.8	170	0
		Снежок	150	4.5	3.9	6.2	82.3	1.4
Итого			200					
Ужин								
		Капуста тушеная	70	13.1	13.8	11.0	103.0	0.14
		Чай с лимоном	180/5	0.12	0.02	10.2	41	2.83
		Хлеб пшеничный	15					
Итого			400					
Всего								

Медсестра

А.В.Борщук

Утверждаю

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»

/А.В.Борщук



Меню

13 июнь 2023г.

САД 12 ЧАСОВ

ср = 17900

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	88	Каша «Дружба» молочная	200	3.16	5.09	13.17	211.58	0.45
		Батон с маслом	15/5	2.3	4.3	9.1	105.5	0
		Кофейный напиток	180	3.10	3.20	11.18	84.91	0.54
Итого								
II Завтрак								
		Сок фруктовый	80	0.9	0.2		47.0	15
Итого								
Обед								
	15	Салат из свеклы	40	0.3	2.51	4.29	21.79	3.26
		Рассольник на т/м	200	4.2	2.19	11.16	83.35	5.5
		Яйцо вареное	20	11.2	9.88	4.81	153.0	0
		Макароны с маслом	130	4.19	4.48	30.12	170.2	0
		Напиток из вишни	180	0.1	0.04	8.71	34.72	20.0
		Хлеб пшеничный	15	2.1	0.1	14.2	70.0	
		Хлеб ржаной	20	2.7	0.3	17.9	81.0	
Итого			620					
Полдник								
		Печенье	50	3.24	6.16	25.84	174	0
		Снежок	175	5.5	3.9	6.3	84.3	
Итого			230					
Ужин								
			80	13.13	13.89	11.9	103.2	0.14
		Капуста тушеная	150	2.8	4.2	9.74	91.05	21.9
		Чай с лимоном	200/5	0.12	0.02	10.2	41	2.83
		Хлеб пшеничный	15					
Итого			450					
Всего								

Медсестра

А.В. Борщук