

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



Меню

14 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								
	237	Запеканка творожная с соусом	120/20	17.1	8.2	40.6	273.6	0.24
		Батон с маслом	23/5	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								
		Яблоко	95	0.6	0.6	9.8	47.0	15
Итого								
Обед								
		Огурец	26	1.0	0.6	5.5	53.7	17.48
	80	Суп на тмбультоне 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
		Снежок	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

А.В.Борщук

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



Меню

14 июнь 2023г.

САД 12 ЧАСОВ

сумма 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	150/40	17,1	8,2	40,6	273,6	0,24
		Батон с маслом	23/5	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								
		Яблоко	100	0,6	0,6	9,8	47,0	15
Итого								
Обед								
		Огурец	26	1,0	0,6	5,5	53,7	17,48
	80	Суп на т/м бульоне 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	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
		Снежок	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 _____