

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



Меню
14 июля 2023г.
ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

сум 179,00

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 33 | Суп с макаронами изделиями | 150 | 9,8 | 9,4 | 35,2 | 265,4 | 2,53 |
| | | Батон с маслом | 15/5 | 2,3 | 4,3 | 15,1 | 108,4 | 0 |
| | | Чай с молоком | 180 | 2,8 | 3,1 | 14,3 | 96,9 | 1,2 |
| Итого | | | 350 | 14,9 | 16,8 | 64,6 | 470,7 | 3,73 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | | 80 | 0,9 | 0,2 | 15,8 | 73,6 | 3 |
| Итого | | | | 0,9 | 0,2 | 16,8 | 73,6 | 3 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | Салат из капусты | 30 | 0,3 | 2,58 | 4,26 | 21,74 | 3,2 |
| | 94 | Суп на м/к бульоне с крупой | 150 | 3,3 | 5,03 | 12,3 | 106,6 | 10 |
| | | Бефстроганов из отварного мяса | 70 | 15,51 | 12,43 | 3,29 | 187,0 | 0,01 |
| | 54 | Картофельное пюре | 120 | 3,0 | 3,7 | 20,0 | 124,9 | 16,0 |
| | | Напиток из шиповника | 150 | 0,6 | 0,3 | 22,0 | 92,7 | 2,08 |
| | | Хлеб пшеничный | 15 | 1,5 | 0,1 | 10,0 | 47,4 | 0 |
| | | Хлеб ржаной | 24 | 3,7 | 0,5 | 23,9 | 114,8 | 0 |
| Итого | | | | 24,4 | 25,2 | 92,3 | 693,5 | 20,43 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | 235 | Запеканка творожная с соусом, изюмом | 60/10 | 14,10 | 9,72 | 11,81 | 193,51 | 0,58 |
| | | Чай с сахаром | 150 | 4,3 | 3,7 | 5,8 | 77,1 | 1,4 |
| Итого | | | 220 | 7,3 | 9,7 | 26,9 | 228,3 | 2,47 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | Каша геркулесовая жидкая | 200 | 9,0 | 9,3 | 35,2 | 265,4 | 2,53 |
| | | Кофейный напиток с молоком | 180 | 5,5 | 4,8 | 9,1 | 101,7 | 2,73 |
| | | Хлеб пшеничный | 20 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 | 0 |
| Итого | | | 400 | 14,8 | 13,3 | 59,2 | 417,1 | 3,18 |
| Всего | | | | 62,3 | 65,2 | 259,8 | 1400 | 32,81 |

Медсестра *А.В.Борщук*

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



Меню
14 июля 2023г.

САД 12 ЧАСОВ

сн 17900

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 33 | Суп с макаронами изделиями | 200 | 9,8 | 9,4 | 35,2 | 265,4 | 2,53 |
| | | Батон с маслом | 15/5 | 2,3 | 4,3 | 15,1 | 108,4 | 0 |
| | | Чай с молоком | 180 | 2,8 | 3,1 | 14,3 | 96,9 | 1,2 |
| Итого | | | 400 | 14,9 | 16,8 | 64,6 | 470,7 | 3,73 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | | 80 | 0,9 | 0,2 | 15,8 | 73,6 | 3 |
| Итого | | | | 0,9 | 0,2 | 16,8 | 73,6 | 3 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | Салат из капусты | 40 | 0,3 | 2,58 | 4,26 | 21,74 | 3,2 |
| | 94 | Суп на м/к бульоне с крупой | 200 | 3,3 | 5,03 | 12,3 | 106,6 | 10 |
| | | Бефстроганов из отварного мяса | 80 | 15,51 | 12,43 | 3,29 | 187,0 | 0,01 |
| | 54 | Картофельное пюре | 150 | 3,0 | 3,7 | 20,0 | 124,9 | 16,0 |
| | | Напиток из шиповника | 150 | 0,6 | 0,3 | 22,0 | 92,7 | 2,08 |
| | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10,0 | 47,4 | 0 |
| | | Хлеб ржаной | 24 | 3,7 | 0,5 | 23,9 | 114,8 | 0 |
| Итого | | | | 24,4 | 25,2 | 92,3 | 693,5 | 20,43 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | 235 | Запеканка творожная с соусом, изюмом | 80/20 | 14,10 | 9,72 | 11,81 | 193,51 | 0,58 |
| | | Чай с сахаром | 150 | 4,3 | 3,7 | 5,8 | 77,1 | 1,4 |
| Итого | | | 250 | 7,3 | 9,7 | 26,9 | 228,3 | 2,47 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | Каша геркулесовая жидкая | 220 | 9,0 | 9,3 | 35,2 | 265,4 | 2,53 |
| | | Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,5 | 4,8 | 9,1 | 101,7 | 2,73 |
| | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 | 0 |
| Итого | | | 450 | 14,8 | 13,3 | 59,2 | 417,1 | 3,18 |
| Всего | | | | 62,3 | 65,2 | 259,8 | 1802,5 | 32,81 |

Медсестра

Ирина