

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

**Меню**  
15 сентября 2022г.

**ЯСЛИ 12 ЧАСОВ**

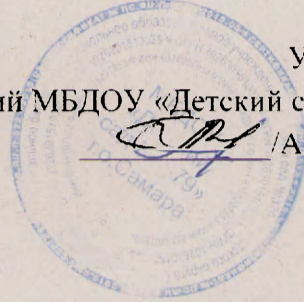
*сб-70 150,00*

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008		Омлет натуральный	100/3	8,1	9,8	1,5	126,5	0,15
2008		Икра кабачковая	30	0,4	1,4	2,3	23,4	0
2008		Багон с маслом	16/5	5,7	8,6	15,1	161,4	0,1
2012		Кофейный напиток	180	2,8	3,1	14,3	96,2	1,2
Итого			350	17,0	22,9	33,2	408,2	6,25
<b>II Завтрак</b>								
2008			70	0,6	0,6	9,8	47,0	15
Итого								
<b>Обед</b>								
2008			30	2,8	11,7	4,2	134,4	0
2012		Суп на м/к бульоне с макаронными изделиями	150	2,15	2,27	13,71	84,4	6,6
2008		Ленивые голубцы с соусом	130/30	13,3	12,6	14,0	227,3	20,03
2008		Компот из с/ф	150	0,4	0,02	24,99	102,0	0,36
		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,26	9,62	45,4	0
		Хлеб ржаной	20	1,44	0,21	14,94	64,2	0
Итого			530	31,6	35,5	128,5	669,9	34,21
<b>Полдник</b>								
2008		Печенье	40	2,96	4,0	29,8	163	0
2008		Чай с молоком	150	4,1	3,3	4,1	100,0	1,4
Итого			190				300,0	2,73
<b>Ужин</b>								
2012		Огурец соленый	30	1,0	0,6	5,5	53,7	7,7
2008		Картофель отварной	130	0,4	1,4	2,3	47,0	4,8
2008		Чай с лимоном	180/5			9,7	38,70	0,03
		Хлеб пшеничный	15	1,5	0,26	9,62	45,4	0
Итого			400	27,0	8,7	64,8	344,5	0,88
Всего				55,1	46,6	196,7	1400	51,57

Медсестра *Г. Борщук*



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



**Меню**  
**15 сентября 2022г.**

**САД 12 ЧАСОВ**

*ca 151,00*

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008		Омлет натуральный	140/5	8.1	9.8	1.5	126.5	0.15
2008		Икра кабачковая	30	0.4	1.4	2.3	23.4	0
2008		Батон с маслом	16/5	5.7	8.6	15.1	161.4	0.1
2012		Кофейный напиток	180	2.8	3.1	14.3	96.2	1.2
Итого			400	17,0	22,9	33,2	408,2	6,25
<b>II Завтрак</b>								
			70	0.6	0.6	9.8	47.0	15
Итого								
<b>Обед</b>								
2008			30	2.8	11.7	4.2	134.4	0
2012		Суп на м/к бульоне с макаронными изделиями	200	2.15	2.27	13.71	84.4	6.6
2008		Ленивые голубцы с соусом	160/30	13,3	12,6	14,0	227.3	20.03
2008		Компот из с'ф	180	0.4	0.02	24.99	102.0	0.36
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	20	1.41	0.21	14.94	64.2	0
Итого			650	31,6	35,5	128,5	569,9	34,21
<b>Полдник</b>								
		Печенье	50	3.7	5.0	38.1	203	0
		Чай с молоком	200	5.8	5.3	8	100.0	1.4
Итого			250	9,1	10,3	46,1	300,0	2,73
<b>Ужин</b>								
		Огурец соленый	30	1.0	0.6	5.5	53.7	7.7
2008		Картофель отварной	150	0.4	1.4	2.3	47.0	4.8
2008		Чай с лимоном	200/5			9.7	38.70	0.03
		Хлеб пшеничный	15	1.2	0.1	8.0	37.9	0
Итого			450	27,0	8,7	64,8	444,5	0,88
Всего				65,1	66,6	266,7	1809,0	51,57

Медсестра

*А.В. Борщук*