

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

## Меню

16 сентября 2022г.

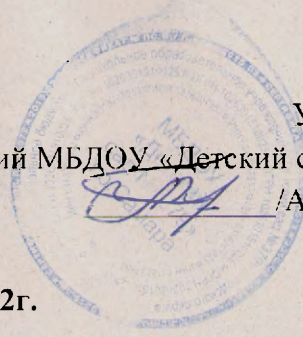
### ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

*сг - 7 150 00*

| Сборник рецептур  | № техн. карт | Наименование блюда             | Выход | Химический состав |           |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|--------------|--------------------------------|-------|-------------------|-----------|---------------|-------------------------------|---------------|
|                   |              |                                |       | Белки<br>г        | Жиры<br>г | Углеводы<br>г |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |              |                                |       |                   |           |               |                               |               |
| 2008              |              | Суп с макаронными изделиями    | 150   | 9,8               | 9,4       | 35,2          | 265,4                         | 2,53          |
| 2012              |              | 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          | 450,7                         | 3,73          |
| <b>II Завтрак</b> |              |                                |       |                   |           |               |                               |               |
|                   |              |                                | 70    | 0,9               | 0,2       | 15,8          | 73,6                          | 3             |
| Итого             |              |                                |       | 0,9               | 0,2       | 16,8          | 73,6                          | 3             |
| <b>Обед</b>       |              |                                |       |                   |           |               |                               |               |
| 2008              |              | Салат из моркови               | 30    | 0,7               | 2,5       | 4,51          | 16,23                         | 44,0          |
| 2009              |              | Суп на м/к бульоне с крупой    | 150   | 3,3               | 5,03      | 12,3          | 98,6                          | 10            |
| 2018              |              | Бефстроганов из отварного мяса | 70    | 15,51             | 12,43     | 3,29          | 157,0                         | 0,01          |
| 2008              |              | Картофельное пюре              | 120   | 3,0               | 3,7       | 20,0          | 124,9                         | 16,0          |
| 2008              |              | Напиток из шиповника           | 150   | 0,6               | 0,3       | 22,0          | 92,7                          | 2,08          |
|                   |              | 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             |              |                                | 560   |                   |           |               |                               | 20,43         |
| <b>Полдник</b>    |              |                                |       |                   |           |               |                               |               |
| 2008              |              | Печенье                        | 30    | 14,10             | 9,72      | 11,81         | 193,51                        | 0,58          |
| 2008              |              | Чай с лимоном                  | 150   | 4,3               | 3,7       | 5,8           | 77,1                          | 1,4           |
| Итого             |              |                                | 230   | 7,3               | 9,7       | 26,9          | 228,3                         | 2,47          |
| <b>Ужин</b>       |              |                                |       |                   |           |               |                               |               |
| 2008              |              | Каша геркулесовая              | 200   | 9,0               | 9,3       | 35,2          | 265,4                         | 2,53          |
| 2012              |              | Кофейный напиток               | 180   | 5,5               | 4,8       | 9,1           | 101,7                         | 2,73          |
|                   |              | Хлеб пшеничный                 | 20    | 1,5               | 0,26      | 9,62          | 45,4                          | 0             |
| Итого             |              |                                | 400   | 14,8              | 13,3      | 59,2          | 417,1                         | 3,18          |
| Всего             |              |                                |       | 62,3              | 65,2      | 249,8         | 1384                          | 32,81         |

Медсестра *Л. С. Иванова*

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



## Меню

16 сентября 2022г.

САД 12 ЧАСОВ

*сумма 15600*

| 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              |               | Суп с макаронными изделиями    | 200   | 9,8               | 9,4     | 35,2        | 265,4                         | 2,53          |
| 2008              |               | 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          |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                |       |                   |         |             |                               |               |
|                   |               |                                | 70    | 0,9               | 0,2     | 15,8        | 73,6                          | 3             |
| Итого             |               |                                |       | 0,9               | 0,2     | 16,8        | 73,6                          | 3             |
| <b>Обед</b>       |               |                                |       |                   |         |             |                               |               |
| 2008              |               | Салат из моркови               | 30    | 0,7               | 2,5     | 4,51        | 16,23                         | 44,0          |
| 2008              |               | Суп на м/к бульоне с крупой    | 200   | 3,3               | 5,03    | 12,3        | 106,6                         | 10            |
| 2008              |               | Бефстроганов из отварного мяса | 80    | 15,51             | 12,43   | 3,29        | 187,0                         | 0,01          |
| 2008              |               | Картофельное пюре              | 130   | 3,0               | 3,7     | 20,0        | 124,9                         | 16,0          |
| 2008              |               | Напиток из шиповника           | 180   | 0,6               | 0,3     | 22,0        | 92,7                          | 2,08          |
|                   |               | 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             |               |                                | 670   | 24,4              | 25,2    | 92,3        | 693,5                         | 20,43         |
| <b>Полдник</b>    |               |                                |       |                   |         |             |                               |               |
| 2012              |               | Печенье                        | 50    | 14,10             | 9,72    | 11,81       | 193,51                        | 0,58          |
|                   |               | Чай с лимоном                  | 150   | 4,3               | 3,7     | 5,8         | 77,1                          | 1,4           |
| Итого             |               |                                | 250   | 7,3               | 9,7     | 26,9        | 228,3                         | 2,47          |
| <b>Ужин</b>       |               |                                |       |                   |         |             |                               |               |
| 2008              |               | Каша геркулесовая              | 220   | 9,0               | 9,3     | 35,2        | 265,4                         | 2,53          |
| 2012              |               | Кофейный напиток               | 200   | 5,5               | 4,8     | 9,1         | 101,7                         | 2,73          |
|                   |               | Хлеб пшеничный                 | 30    | 1,5               | 0,26    | 9,62        | 45,4                          | 0             |
| Итого             |               |                                | 450   |                   |         |             |                               | 3,18          |
| Всего             |               |                                |       | 62,3              | 65,2    | 259,8       | 1780,0                        | 32,81         |

Медсестра *А.В. Борщук*