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

Меню

17 января 2022г.

б – 148,0

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	165	Каша гречневая молочная	150	9.95	9.37	40.1	287	0.5
2008	01	Батон с маслом	20/5	2.1	7.7	16.1	143	0
2008	392	Чай с сахаром	180	0.4		8,5	36	
Итого			355	12.45	16.3	64.7	466	0.5
II Завтрак								
2012	398	Напиток из плодов шиповника	100	0.6	0.3	22.0	92.7	0.5
Итого			100	0.6	0.3	22	92.7	
Обед								
		Огурец соленый	20	1.0	0.6	5.5	53.7	17.4
2012	81	Суп на курином бульоне гороховый	150/10	4.39	4.21	13.05	114	4.65
2008	301	Суфле из мяса птицы	60	7.2	6.7	3.1	111.0	19.95
2008	132	Капуста тушеная	120	8.58	12.3	11.35	194.0	24.99
2008	376	Компот из сухофруктов	150	0.4	0.02	24.99	102	0.36
2008		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
2008		Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.2	0
Итого			540	20.17	23.83	77.69	474	29.95
Полдник								
2008	138	Пирожок с картофелем	80	6.83	9.90	29.48	249.18	1.31
2008	117	Кофейный напиток	150	3.10	3.20	11.18	84.91	0.54
Итого			230	9.93	13.1	40.66	334.09	1.85
Ужин								
2008	168	Каша пшеничная молочная	150	4.7	3.8	19.3	132	0
	392	Чай сладкий	180	0.4		8.5	36	0
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
Итого			355	5.5	4.0	38.3	220	
Всего				44.65	46.53	191.3	1369.14	43.3

Медсестра _____ А.В