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

Меню

18 ноября 2022г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

с. 17900

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Запеканка из творога с изюмом	120/30	13.9	11.7	13.1	173.51	0.24
2008		Бутерброд с маслом	15/5	5.5	9.2	13.6	160.7	0.1
2012		Какао с молоком	180	2.5	2.1	9.4	67	0.4
Итого			350	21.9	22.8	39.1	401.2	
II Завтрак								
			70	0.6	0.6	9.8	47.0	15
Итого								
Обед								
		Огурец свежий	33	0.12	0	0.22	1.4	0.03
2008		Суп картофельный на к/б	150	3.36	3.64	9.31	100	0
		Котлета из мяса птицы	60	4.4	9.4	6.4	147.0	1.2
		Каша гречневая рассыпчатая	120	5.0	5.6	32.4	163.6	0
		Напиток из шиповника	150	0.6	0.3	19.6	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.2	0
Итого			540	16.3				
Полдник								
		Булочка домашняя	50	2.3	6.1	18.6	170.0	0
		Молоко	150	2.5	3.9	6.2	92.3	1.4
Итого			200	4.8	10.0	27.8		
Ужин								
		Рагу овощное	200	2.0	2.3	6.63	84.21	5.62
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Чай с лимоном	180/5	0.4	0	8.3	36.0	0.9
Итого			400	5.6	4.86	38.5		
Всего				49.2	56.6	243,0	1397.0	

Медсестра _____

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

Меню

18 ноября 2022г.

с 17.00

САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Запеканка творожная с изюмом	150/30	17.9	14.7	17.1	193.51	0.24
2008		Бутерброд с маслом	15/5	5.5	9.2	13.6	160.7	0.1
2012		Какао с молоком	180	2.5	2.1	9.4	67	0.4
Итого			400	25.9	25.3	401	421.1	
II Завтрак								
			90	0.6	0.6	9.8	47.0	15
Итого								
Обед								
		Огурец свежий	33	0.18	0	0.33	2.10	0.03
2008		Суп на к/б картофельный	200	4.36	3.64	12.31	100	8.91
2008		Котлета из мяса птицы	70	9.4	9.4	6.4	167.0	1.2
2008		Каша гречневая рассыпчатая	130	6.3	5.6	34.4	196.6	0
2008		Напиток из шиповника	180	0.6	0.3	23.6	109.7	90.0
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Хлеб ржаной	30	1.41	0.21	14.94	64.20	0
Итого			650	23.7	20.4	90.3	742.4	
Полдник								
2008		Булочка домашняя	70	3.3	6.1	27.6	170.0	0
		Молоко	180	4.5	3.9	6.2	122.3	1.4
Итого			250					
Ужин								
2008		Рагу овощное	230	2.5	3.39	9.63	109.21	5.62
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.26	9.62	45.4	0
		Чай с лимоном	200/5	0.4		8.5	36.0	0.9
Итого			450					
Всего				61.8	60.1	247.0	1704	

Медсестра _____