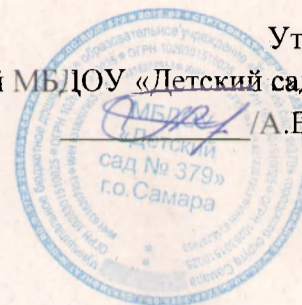


Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»



/А.В.Борщук

Меню

19 января 2023г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

См 179 00

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	168	Каша манная молочная	150	9.39	8.41	43.52	279.0	2.18
		Бутерброд с маслом	15/5	2.3	4.3	15.1	105.5	0
		Кофейный напиток с молоком	180	1.4	1.2	20.1	96.2	1.17
Итого			350					
II Завтрак								
		Напиток из плодов шиповника	70	0.3	22.0		92.7	92.7
Итого								
Обед								
		Салат из капусты с морковью	20	0.7	2.45	4.51	16.23	44.0
	85	Суп картофельный с клецками	150	5.62	8.69	6.4	86.0	12.7
	304	Плов из мяса	150	10.6	11.1	30.9	231.3	1.2
	123	Напиток из вишни	150	0.2		23.1	94.5	2.83
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	20	3.6	0.5	23	110.8	0
Итого								
Полдник								
		Пряник	50	3.0	3.9	29.8	166.8	0
		Молоко	150	5.1	4.3	7.1	92.5	1.4
Итого			200					
Ужин								
	249	Рыба запеченная в омлете	110	12.6	6.0	3.3	117.6	0.6
	*339	Свекла тушеная в соусе	90	1.4	2.3	9.5	64.6	3.8
		Хлеб пшеничный	14	2.8	0.2	18.6	87.6	0
		Чай с сахаром, лимоном	185			9.7	38.7	0
Итого			400					
Всего								

Медсестра

Гарина

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



Меню
19 января 2023г.
САД 12 ЧАСОВ

с/з 17900

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	168	Каша манная молочная	200	9.39	8.41	43.52	279.0	2.18
		Бутерброд с маслом	15/5	2.3	4.3	15.1	105.5	0
		Кофейный напиток с молоком	180	1.4	1.2	20.1	96.2	1.17
Итого			400					
II Завтрак								
		Напиток из плодов шиповника	70	0.3	22.0		92.7	92.7
Итого								
Обед								
		Салат из капусты с морковью	30	0.7	2.45	4.51	16.23	44.0
	85	Суп картофельный с клецками	200	5.62	8.69	6.4	86.0	12.7
	304	Плов из мяса	180	10.6	11.1	30.9	231.3	1.2
	123	Напиток из вишни	150	0.2		23.1	94.5	2.83
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	20	3.6	0.5	23	110.8	0
Итого								
Полдник								
		Пряник	50	3.0	3.9	29.8	166.8	0
		Молоко	180	5.1	4.3	7.1	92.5	1.4
Итого			230					
Ужин								
	249	Рыба запеченная в омлете	140	12.6	6.0	3.3	117.6	0.6
	339	Свекла тушеная в соусе	90	1.4	2.3	9.5	64.6	3.8
		Хлеб пшеничный	15	2.8	0.2	18.6	87.6	0
		Чай с сахаром лимоном	205			9.7	38.7	0
Итого			450					
Всего								

Медсестра _____

А.В. Борщук