

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

Меню

19 июль 2022г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

150 00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	88	Каша «Дружба» молочная	150	3.16	5.09	13.17	111.58	0.45
2008	01	Багон с маслом	15/5	1.23	3.87	9.31	129	0
2012	117	Кофейный напиток	180	2.6	2	12	78	0.4
Итого			350	15.95	10.96	44.48	318.58	0.85
2.5								
2008	320		100	0.5	0.1	10.6	45	2.3
Итого								2.3
Обед								
			30	0.7	2.5	4.51	16.23	44.0
2008	74	Рассольник на к бульоне	150/5	4.0	2.19	11.16	83.35	5.5
2008	282	Котлета из мяса птицы	60	11.2	9.88	4.81	153.03	0
2008	204	Макароны с маслом	120	5.21	3.76	32.14	183.24	0
2008		Напиток из вишни	150	0.1		5.5	23	6.1
		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			550				572.6	11.6
Полдник								
2008		Печенье	45	3.24	6.16	25.84	184	0
2008		Кефир	150	6	5.0	9.8	112	0.6
Итого							295	
Ужин								
2012		Рыба под яйцом	70	13.13	13.89	11.9	103.2	0.14
2008		Капуста тушеная	130	9.58	12.3	11.35	194.0	24.99
2008		Чай с лимоном	180/5	0.1		7.2	35	
	*	Хлеб пшеничный	15	1.5	0.26	9.62	45.4	
Итого			400				394.2	
Всего				44.7	47.64	173.9	1405.3	32.0

Медсестра

А.В. Борщук

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

Меню

19 июля 2022г.

САД 12 ЧАСОВ

ср 151.00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	88	Каша «Дружба» молочная	200	3.16	5.09	13.17	111.58	0.45
2008	01	Батон с маслом	15/5	1.23	3.87	9.31	129	0
2012	117	Кофейный напиток	180	2.6	2	12	78	0.4
Итого			400	15.95	10.96	44.48	318.58	0.85
2.5								
2008	320		100	0.5	0.1	10.6	45	2.3
Итого								2.3
Обед								
			30	0.7	2.5	4.51	16.23	44.0
2008	74	Рассольник на кв бульоне	200	4.0	2.19	11.16	83.35	5.5
2008	282	Котлета из мяса птицы	70	11.2	9.88	4.81	153.03	0
2008	204	Макаронные изделия с маслом	130	5.21	3.76	32.14	183.24	0
2008		Напиток из вишни	180	0.1		5.5	23	6.1
		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				572.6	11.6
Полдник								
2008		Печенье	50	3.24	6.16	25.84	184	0
2008		Кефир	180	6	5.0	9.8	112	0.6
Итого							295	
Ужин								
2012		Рыба пол яйцом	80	13.13	13.89	11.9	103.2	0.14
2008		Капуста тушеная	150	9.58	12.3	11.35	194.0	24.99
2008		Чай с лимоном	200/5	0.1		7.2	35	
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.26	9.62	45.4	
Итого			450				394.2	
Всего				54.7	67.64	203.9	1800.3	32.0

Медсестра

Л. Борщук