

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



Меню
20 марта 2023г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

Сумма 17800

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|----------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 165 | Каша гречневая с молоком | 150 | 10.8 | 9.62 | 30.85 | 184,34 | 2 |
| | | Батон с маслом | 15/5 | 2.3 | 4.3 | 9.1 | 105.5 | 0 |
| | | Чай с сахаром | 180 | | | | 38.7 | 0.03 |
| Итого | | | 350 | | | | | |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | 398 | Напиток из шиповника | 70 | 0.6 | 0.3 | 22.0 | | 92.7 |
| Итого | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | | Огурец (.соленый) | 21 | 1.0 | 0.6 | 55 | 5.56 | 17.1 |
| | 81 | Суп на курином бульоне гороховый | 150 | 4.3 | 4.2 | 13.0 | 109.4 | |
| | 301 | Суфле из мяса птицы | 60 | 12.0 | 5.5 | 3.3 | 110 | |
| | 132 | Капуста тушеная | 120 | 2.6 | 4.1 | 9.1 | 89.0 | |
| | 376 | Компот из сухофруктов | 150 | 0.4 | 0.02 | 24.9 | 102 | 0.36 |
| | | Хлеб пшеничный | 25 | | | | | |
| | | Хлеб ржаной | 30 | | | | | |
| Итого | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | 138 | Пирожок с картофелем | 60 | 6.8 | 9.9 | 29.4 | 249 | 1.3 |
| | | Какао напиток | 150 | 3.1 | 3.2 | 11.0 | 80.9 | 0.5 |
| Итого | | | 210 | | | | | |
| Ужин | | | | | | | | |
| | 168 | Каша пшеничная молочная | 200 | 9.9 | 9.6 | 40.1 | 287 | 2.4 |
| | | Чай с молоком | 180 | | | | 38.7 | |
| | | Хлеб пшеничный | 20 | | | | | |
| Итого | | | 400 | | | | | |
| Всего | | | | | | | | |

Медсестра *А.В. Борщук*

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

Меню
20 марта 2023г.
САД 12 ЧАСОВ



с/п 179 00

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|----------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 165 | Каша гречневая молочная | 200 | 10 | 9.52 | 32.4 | 194 | 0 |
| | | Батон с маслом | 15\5 | 2.3 | 4.3 | 9.1 | 105.5 | |
| | | Чай с сахаром | 180 | | | | | |
| Итого | | | 400 | | | | 38.7 | 0.03 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | 398 | Напиток из шиповника | 70 | 0.6 | 0.3 | 22.0 | 92.7 | |
| Итого | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | | Огурец соленый) | 21 | 1.1 | 0.6 | 5.5 | 5.56 | 17.9 |
| | 81 | Суп на курином бульоне гороховый | 200 | 4.3 | 4.3 | 13.2 | 109.4 | |
| | 301 | Суфле из мяса птицы | 70 | 12.37 | 5.59 | 3.33 | 111.72 | 19.2 |
| | 132 | Капуста тушеная | 130 | 2.66 | 4.18 | 9.71 | 89.05 | 21.9 |
| | 376 | Компот из сухофруктов | 180 | 0.4 | 0.02 | 24.9 | 102 | 0.36 |
| | | Хлеб пшеничный | 20 | | | | | |
| | | Хлеб ржаной | 40 | | | | | |
| Итого | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | 138 | Пирожок с картофелем | 80 | 6.8 | 9.9 | 29.4 | 249 | 1.3 |
| | | Какао напиток | 180 | 3.1 | 3.2 | 11.0 | 80.9 | 0.5 |
| Итого | | | 260 | | | | | |
| Ужин | | | | | | | | |
| | 168 | Каша пшеничная молочная | 220 | 9.9 | 9.7 | 40.1 | 287 | 2.4 |
| | | Чай с молоком | 200 | | | | 38.7 | |
| | | Хлеб пшеничный | 30 | | | | | |
| Итого | | | 450 | | | | | |
| Всего | | | | | | | | |

Медсестра

А.В.Борщук