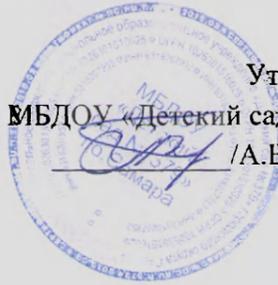


Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»  
/А.В.Борщук



**Меню**  
21 января 2022г.

**ЯСЛИ 12 ЧАСОВ**

с 1490

Сборник рецептур	№ техн. карт	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008		Суп с макаронами	150	9,8	9,4	35,2	265,4	2,53
2012		Батон с маслом	20/5	2,3	4,3	15,1	108,4	0
		Чай с молоком	180	2,8	3,1	14,3	96,9	1,2
Итого			355	14,9	16,8	64,6	450,7	3,73
<b>II Завтрак</b>								
		Сок яблочный	100	0,9	0,2	15,8	73,6	3
Итого				0,9	0,2	16,8	73,6	3
<b>Обед</b>								
2008		Зеленый горошек (консервированный)	30	0,6	0	1,38	7,98	
2009		Суп на м/к бульоне с крупой	150	3,3	5,03	12,3	98,6	10
2018		Бефстроганов из отварного мяса	70	15,51	12,43	3,29	157,0	0,01
2008		Картофельное пюре	120	3,0	3,7	20,0	124,9	16,0
2008		Напиток из шиповника	150	0,6	0,3	22,0	92,7	2,08
		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					20,43
<b>Полдник</b>								
2008		Запеканка творожная с соусом	120/30	14,10	9,72	11,81	193,51	0,58
2008		Чай с сахаром	150	4,3	3,7	5,8	77,1	1,4
Итого			300	7,3	9,7	26,9	228,3	2,47
<b>Ужин</b>								
2008		Каша геркулесовая	150	9,0	9,3	35,2	265,4	2,53
2012	*	Кофейный напиток с молоком	180	5,5	4,8	9,1	101,7	2,73
		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,26	9,62	45,4	0
Итого			360	14,8	13,3	59,2	417,1	3,18
Всего				62,3	65,2	249,8	1384	32,81

Медсестра

*Борщук А.В.*