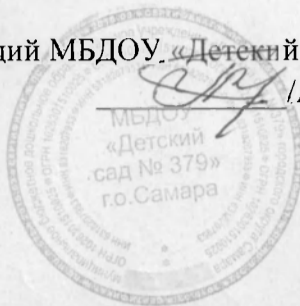


Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»
/А.В.Борщук



Меню
21 декабря 2022г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

сумма 17900

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	237	Запеканка творожная с соусом	120/30	17.1	8.2	40.6	273.6	0.24
		Батон с маслом	20/3	2.3	4.3	15.1	105.5	0
		Чай с молоком	180	3.1	3.4	14.7	102.7	1.2
Итого				14.5	15.9	70.4	484.7	3.38
II Завтрак								
			90	0.6	0.6	9.8	47.0	15
Итого								
Обед								
		Огурец свежий	20	1.0	0.6	5.5	53.7	17.48
	80	Суп на курином бульоне овощной	150	6.0	7.7	13.5	146.7	10
	276	Жаркое по домашнему	150	12.8	11.5	20.9	238.2	7.25
		Напиток из шиповника	150			23.6	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	15.1		71.0
		Хлеб ржаной	46	2.9	0.4	18.9		91.0
Итого				23.5	22.4	95.7	677.9	29.13
Полдник								
	136	Ватрушка с повидлом	80	3.3	3.9	27.6	287.3	0.06
		Кофейный напиток	150	4.5	3.9	6.2	82.3	1.4
Итого				7.8	10.0	33.8	360.2	1.4
Ужин								
		Каша манная молочная	150	9.26	8.54	41.25	279.0	2.2
		Кофейный напиток на молоке	200	2.3	22.3	1.43	120.0	6
		Хлеб пшеничный	25	2.3	0.2	15.1	71.0	
Итого								
Всего				72.9	71.9	270.7	1420	65.67

Мелсестра

А.В. Борщук

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

Меню
21 декабря 2022г.

САД 12 ЧАСОВ

са 17900

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	237	Запеканка творожная с соусом	150/30	17.1	8,2	40.6	273.6	0,24
		Батон с маслом	30/5	2,3	4,3	15.1	105,5	0
		Чай с молоком	180	3.1	3,4	14.7	102.7	1.2
Итого				14,5	15,9	70.4	484,7	3.38
II Завтрак								
			100	0.6	0.6	9.8	47.0	15
Итого								
Обед								
		Огурец соленый	30	1.0	0.6	5.5	53.7	17.48
	80	Суп на курином бульоне овощной	200	6.0	7.7	13.5	146.7	10
	276	Жаркое по домашнему	200	12.8	11.5	20.9	238.2	7.25
		Напиток из шиповника	150			23.6	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	15.1		71.0
		Хлеб ржаной	46	2.9	0.4	18.9		91.0
Итого				23.5	22.4	95.7	677.9	29.13
Полдник								
	136	Ватрушка с повидлом	100	3.3	3.9	27.6	287.3	0.06
		Кофейный напиток	150	4.5	3.9	6.2	82.3	1.4
Итого				7.8	10.0	33.8	360.2	1.4
Ужин								
		Каша манная молочная	200	9.26	8.54	41.25	279.0	2.2
		Кофейный напиток на молоке	200	2.3	22.3	1.43	120.0	6
		Хлеб пшеничный	25	2.3	0.2	15.1	71.0	
Итого								
Всего				72.9	71.9	270.7	1908.0	65.67

Медсестра _____

А.В.Боршук