

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»  
*Николаева* /О.Н.Николаева

## Меню

22<sup>я</sup> апреля 2024г.

### ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
	205	Макаронные изделия с маслом	130	6.68	4.36	27.25	203.4	0
		Батон с маслом	15/5	1.23	5.78	17.31	112.0	0
		Чай с молоком	180	2,7	2,9	9.7	94,0	0.03
	213	Яйцо вареное	20	2,6	2.36	0,2	32	0
Итого			350					
<b>II Завтрак</b>								
		Напиток из шиповника	80	0.6	0.3	22.0		92.7
Итого								
<b>Обед</b>								
	93		30	0.6	2.6	3.86	39.0	4.8
	28	Борщ на к/б	150	1.9	4.95	11.95	100.0	6.83
	305	Котлета из мяса птицы	60	12.0	12.32	10.08	200.0	0
	54	Каша гречневая рассыпчатая	120	7.37	5.98	33.48	217.0	0
	376	Компот их кураги	150	0.4	0.02	24.99	102.0	0.36
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	24	3.1	0.4	19.7	95.0	0
Итого								
<b>Полдник</b>								
	139	Пирожок с капустой	50	6.5	9.90	30.7	249.1	1.31
		Чай с сахаром	150			9.7	21.7	
Итого			200					
<b>Ужин</b>								
	165	Каша пшеничная молочная	200	9.95	9.67	40.15	287.4	2.4
	395	Кофейный напиток на молоке	180	1.5	1.3	22.4	106.8	1.17
		Хлеб пшеничный	20	1.5	0.1	10.0	47.4	0
Итого			400					
Всего								

Медсестра

*Николаева*

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»  
 Ю.Н.Николаева



**Меню**  
 22 апреля 2024г.

**САД 12 ЧАСОВ**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
	205	Макаронные изделия с маслом	160	6.68	4.36	27.25	203.4	0
		Батон с маслом	25/5	1.23	5.78	17.31	120.0	0
		Чай с молоком	180	2,7	2,9	9,7	94,0	0,03
	213	Яйцо вареное	20	2,6	2,3	0,2	32	0
Итого			400					
<b>II Завтрак</b>								
		Напиток из шиповника	80	0.6	0.3	22.0		92.7
Итого								
<b>Обед</b>								
	93		40	0.6	2.36	3.86	39.0	4.8
	28	Борщ на к/б	200	1.9	4.95	11.95	100.0	6.83
	305	Котлета из мяса птицы	70	12.0	12.32	10.08	200.0	0
	54	Каша гречневая рассыпчатая	130	7.37	5.98	33.48	217.0	0
	376	Компот их кураги	150	0.4	0.02	24.99	102.0	0.36
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	24	3.1	0.4	19.7	95.0	0
Итого								
<b>Полдник</b>								
	139	Пирожок с капустой	70	6.5	9.90	30.7	249.1	1.31
		Чай с сахаром	180			9.7	21.7	
Итого			250					
<b>Ужин</b>								
	165	Каша пшенная молочная	220	9.95	9.67	40.15	287.4	2.4
	395	Кофейный напиток на молоке	200	1.5	1.3	22.4	106.8	1.17
		Хлеб пшеничный	30	1.5	0.1	10.0	47.4	0
Итого			450					
Всего								

Медсестра *Николаева*