



Меню

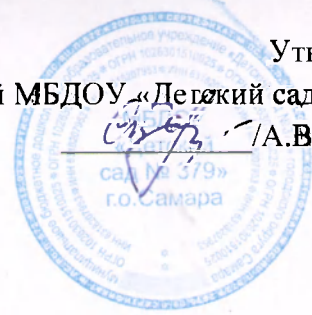
23 июнь 2023г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 81 | Запеканка из творога с соусом, изюмом | 120/20 | 17.9 | 14.7 | 17.1 | 193.51 | 0.24 |
| | 01 | Бутерброд с маслом | 20/5 | 5.5 | 9.2 | 13.6 | 160.7 | 0.1 |
| | | Какао с молоком | 180 | | | 9.7 | 38.7 | 1.43 |
| Итого | | | 350 | | | | | |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | | 80 | 0.6 | 0.6 | 9.8 | 47.0 | 15 |
| Итого | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | | Салат из свеклы | 30 | 25.5 | | 4.9 | 2.10 | 0.33 |
| | 36 | Суп на к/бульоне картофельный | 150 | 4.36 | 3.64 | 12.31 | 100 | 8.91 |
| | 305 | Котлета из мяса птицы | 60 | 9.4 | 9.4 | 6.4 | 147.0 | 1.2 |
| | 313 | Каша гречневая рассыпчатая | 120 | 6.0 | 5.6 | 32.4 | 203.6 | 0 |
| | | Напиток из шиповника | 150 | 0.6 | 0.3 | 23.6 | 79.7 | 90.0 |
| | | Хлеб пшеничный | 15 | 1.5 | 0.1 | 10.0 | 47.4 | 0 |
| | | Хлеб ржаной | 24 | 2.7 | 0.4 | 17.7 | 85.1 | 0 |
| Итого | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | 136 | Булочка домашняя | 50 | 3.3 | 6.1 | 27.6 | 170.0 | 0 |
| | | Снежок | 150 | 4.5 | 3.9 | 6.2 | 92.3 | 1.4 |
| Итого | | | 200 | | | | | |
| Ужин | | | | | | | | |
| | 57 | Рагу овощное | 200 | 2.5 | 3.39 | 9.63 | 84.21 | 5.62 |
| | | Хлеб пшеничный | 20 | 1.8 | 0.1 | 11.0 | 54.0 | 0 |
| | | Чай с сахаром | 180 | 2.6 | 2.3 | 22.3 | 120.6 | 1.17 |
| Итого | | | 400 | | | | | |
| Всего | | | | | | | | |

Медсестра _____

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»



И.В. Борщук

Меню

23 июня 2023г.

САД 12 ЧАСОВ

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 81 | Запеканка из творога, с соусом, изюмом | 150/40 | 17.9 | 14.7 | 17.1 | 193.51 | 0.24 |
| | 01 | Бутерброд с маслом | 20/5 | 5.5 | 9.2 | 13.6 | 160.7 | 0.1 |
| | | Какао с молоком | 180 | | | 9.7 | 38.7 | 1.43 |
| Итого | | | 400 | | | | | |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | | 80 | 0.6 | 0.6 | 9.8 | 47.0 | 15 |
| Итого | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | | Салат из свеклы | 40 | 25.5 | | 4.9 | 2.10 | 0.33 |
| | 36 | Суп картофельный на к /бульоне | 200 | 4.36 | 3.64 | 12.31 | 100 | 8.91 |
| | 305 | Котлета из мяса птицы | 70 | 9.4 | 9.4 | 6.4 | 147.0 | 1.2 |
| | 313 | Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 6.0 | 5.6 | 32.4 | 203.6 | 0 |
| | | Напиток из шиповника | 180 | 0.6 | 0.3 | 23.6 | 79.7 | 90.0 |
| | | Хлеб пшеничный | 15 | 1.5 | 0.1 | 10.0 | 47.4 | 0 |
| | | Хлеб ржаной | 24 | 2.7 | 0.4 | 17.7 | 85.1 | 0 |
| Итого | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | 136 | Булочка домашняя | 70 | 3.3 | 6.1 | 27.6 | 170.0 | 0 |
| | | Снежок | 190 | 4.5 | 3.9 | 6.2 | 92.3 | 1.4 |
| Итого | | | 250 | | | | | |
| Ужин | | | | | | | | |
| | 57 | Рагу овощное | 230 | 2.5 | 3.39 | 9.63 | 84.21 | 5.62 |
| | | Хлеб пшеничный | 20 | 1.8 | 0.1 | 11.0 | 54.0 | 0 |
| | | Чай с сахаром | 200 | 2.6 | 2.3 | 22.3 | 120.6 | 1.17 |
| Итого | | | 450 | | | | | |
| Всего | | | | | | | | |

Медсестра _____ /