

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



Меню

25 сентября 2023г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

с 179 00

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|-----------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 205 | Макаронные изделия с маслом | 130/5 | 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 | 2,3 | 0,2 | 32 | 0 |
| Итого | | | 350 | | | | | |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | Напиток из шиповника | 80 | 0.6 | 0.3 | 22.0 | | 92.7 |
| Итого | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | 93 | Икра кабачковая | 30 | 0.6 | 2.36 | 3.86 | 39.0 | 4.8 |
| | 28 | Борщ на к/бульоне | 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 | Картофельное пюре | 120 | 3.06 | 4.8 | 20.44 | 137.0 | 14.06 |
| | 376 | Компот их сухофруктов | 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 | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | 139 | Пирожок с капустой | 60 | 6.5 | 9.90 | 30.7 | 249.1 | 1.31 |
| | | Чай с сахаром | 150 | | | 9.7 | 21.7 | |
| Итого | | | 210 | | | | | |
| Ужин | | | | | | | | |
| | 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 _____

179 00

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



Меню

25 сентября 2023г.

САД 12 ЧАСОВ

ст 179.00

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|-----------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 205 | Макаронные изделия с маслом | 160/5 | 6.68 | 4.36 | 27.25 | 203.4 | 0 |
| | | Батон с маслом | 30/5 | 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 | | | | | |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | Напиток из шиповника | 80 | 0.6 | 0.3 | 22.0 | | 92.7 |
| Итого | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | 93 | Икра кабачковая | 40 | 0.6 | 2.36 | 3.86 | 39.0 | 4.8 |
| | 28 | Борщ на к/ бульоне | 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 | Картофельное пюре | 130 | 3.06 | 4.8 | 20.44 | 137.0 | 14.06 |
| | 376 | Компот их сухофруктов | 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 | | | | | | | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | 139 | Пирожок с капустой | 80 | 6.5 | 9.90 | 30.7 | 249.1 | 1.31 |
| | | Чай с сахаром | 180 | | | 9.7 | 21.7 | |
| Итого | | | 260 | | | | | |
| Ужин | | | | | | | | |
| | 165 | Каша пшеничная 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