

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

Меню

28 сентября 2022г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

с.т. 151,00

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Запеканка творожная с соусом	120/20	17,1	8,2	40,6	273,6	0,24
2008		Батон с маслом	16/5	2,3	4,3	15,1	105,5	0
		Чай с молоком	180	3,1	3,4	14,7	102,7	1,2
Итого			350	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 свежий	20	1,0	0,6	5,5	53,7	17,48
2008		Суп на м/к бульоне овощной	150	6,0	7,7	13,5	146,7	10
2008		Жаркое по домашнему	150	12,8	11,5	20,9	238,2	7,25
2008		Напиток из шиповника	150			23,6	79,7	90,0
		Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	15,1		71,0
		Хлеб ржаной	20	2,9	0,4	18,9		91,0
Итого			520	23,5	22,4	95,7	677,9	29,13
Полдник								
2008		Ватрушка с повидлом	60	3,3	3,9	27,6	287,3	0,06
2012		Чай с сахаром	150	4,5	3,9	6,2	82,3	1,4
Итого			210	7,8	10,0	33,8	360,2	1,4
Ужин								
2008		Каша манная молочная	200	9,26	8,54	41,25	279,0	2,2
2012		Какао на молоке	180	2,3	22,3	1,43	120,0	6
		Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого			400					
Всего				72,9	71,9	270,7	1400	65,67

Медсестра

А.В. Борщук

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

Меню
28 сентября 2022г.

САД 12 ЧАСОВ

соз 152,00

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		Запеканка творожная с соусом	130/40	17,1	8,2	40,6	273,6	0,24
2008		Багон с маслом	16/5	2,3	4,3	15,1	105,5	0
		Чай с молоком	180	3,1	3,4	14,7	102,7	1,2
Итого			400	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 свежий	30	1,0	0,6	5,5	53,7	17,48
2008		Суп на м/к бульоне овощной	200	6,0	7,7	13,5	146,7	10
2008		Жаркое по домашнему	200	12,8	11,5	20,9	238,2	7,25
2008		Напиток из шиповника	180			23,6	79,7	90,0
		Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	15,1		71,0
		Хлеб ржаной	30	2,9	0,4	18,9		91,0
Итого			660	23,5	22,4	95,7	677,9	29,13
Полдник								
2008		Ватрушка с повидлом	80	3,3	3,9	27,6	287,3	0,06
2012		Чай с сахаром	180	4,5	3,9	6,2	82,3	1,4
Итого			260	7,8	10,0	33,8	360,2	1,4
Ужин								
2008		Каша манная молочная	220	9,26	8,54	41,25	279,0	2,2
2012		Какао на молоке	200	2,3	22,3	1,43	120,0	6
		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого			450					
Всего				72,9	71,9	270,7	1808,0	65,67

Медсестра

А.В. Борщук