

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

Меню

30 марта 2023г

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ



Ст. 1976 17900

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	168	Каша манная молочная	150	9.39	8.41	43.52	279.0	2.18
		Бутерброд с маслом	15/5	2.3	4.3	15.1	105.5	0
		Кофейный напиток с молоком	180	1.4	1.2	20.1	96.2	1.17
Итого			350					
II Завтрак								
		Напиток из плодов шиповника	80	0.3	0.1	9.9	39.0	40.0
Итого								
Обед								
		Огурец соленый	34	0.7	2.45	4.51	16.23	44.0
	85	Суп картофельный с клецками	150	5.62	8.69	6.4	86.0	12.7
	304	Плов из мяса	150	10.6	11.1	30.9	231.3	1.2
	123	Напиток из вишни	150	0.2		23.1	41.0	0.4
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	20	3.6	0.5	23	110.8	0
Итого								
Полдник								
		Пряник	50	3.0	3.9	29.8	166.8	0
		Чай с молоком	150	5.1	4.3	7.1	92.5	1.4
Итого			200					
Ужин								
	249	Рыба запеченная в омлете	110	12.6	6.0	3.3	117.6	0.6
	339	Свекла тушеная в соусе	90	1.4	2.3	9.5	64.6	3.8
		Хлеб пшеничный	15	2.8	0.2	18.6	87.6	0
		Чай с сахаром. лимоном	185			9.7	38.7	0
Итого			400					
Всего								

Медсестра

А.В. Борщук

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



Меню
30 марта 2023г.

САД 12 ЧАСОВ

сн 17900

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	168	Каша манная молочная	200	9.39	8.41	43.52	279.0	2.18
		Бутерброд с маслом	15/5	2.3	4.3	15.1	105.5	0
		Кофейный напиток с молоком	180	1.4	1.2	20.1	96.2	1.17
Итого			400					
II Завтрак								
		Напиток из плодов шиповника	100	0.3	0.1	9.9	39.0	40.0
Итого								
Обед								
		Огурец соленый	34	0.7	2.45	4.51	16.23	44.0
	85	Суп картофельный с клецками	200	5.62	8.69	6.4	86.0	12.7
	304	Плов из мяса	180	10.6	11.1	36.9	231.3	1.2
	123	Напиток из вишни	150	0.2		23.1	41.0	0.4
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	20	3.6	0.5	23	110.8	0
Итого								
Полдник								
		Пряник	50	3.0	3.9	29.8	166.8	0
		Чай с молоком	200	5.1	4.3	7.1	92.5	1.4
Итого			250					
Ужин								
	249	Рыба запеченная в омлете	140	12.6	6.0	3.3	117.6	0.6
	339	Свекла тушеная в соусе	90	1.4	2.3	9.5	64.6	3.8
		Хлеб пшеничный	15	2.8	0.2	18.6	87.6	0
		Чай с сахаром лимоном	205			9.7	38.7	0
Итого			450					
Всего								

Мелсестра _____

А.В. Борщук