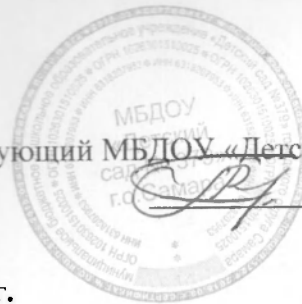


Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 379»  
/А.В.Борщук



## Меню

31 января 2024г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

179.00

| Сборник рецептов  | № техн. карты | Наименование блюда                    | Выход  | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |                                       |        | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
|                   | 81            | Запеканка творожная с изюмом и соусом | 120/30 | 7.96              | 8.41    | 45.04       | 288.0                         | 2.18          |
|                   |               | Бутерброд с маслом                    | 15/5   | 2.3               | 4.3     | 15.1        | 105.4                         | 0             |
|                   |               | Чай с сахаром                         | 180    |                   |         | 9.7         | 38.7                          | 0.03          |
| Итого             |               |                                       | 350    |                   |         |             |                               |               |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
|                   |               |                                       | 80     | 0.6               | 0.6     | 15.7        | 47.0                          | 15.0          |
| Итого             |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
| <b>Обед</b>       |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
|                   | 15            | Салат из моркови                      | 40     | 0.18              | 0       | 0,33        | 2.45                          |               |
|                   | 66            | Щи со сметаной на м/к бульоне         | 150/6  | 5.7               | 8.3     | 7.4         | 129.1                         | 16.03         |
|                   | 95            | Запеканка картофельная с мясом        | 150    | 10.6              | 11.8    | 23.5        | 236.3                         | 3.8           |
|                   |               | Компот из сушеных фруктов             | 150    | 0.5               | 0.1     | 28.5        | 117.9                         | 0.36          |
|                   |               | Хлеб пшеничный                        | 15     | 4.7               | 0.4     | 31.1        | 146.8                         | 0             |
|                   |               | Хлеб ржаной                           | 26     | 2.9               | 0.4     | 14.9        | 61.0                          | 0             |
| Итого             |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
| <b>Полдник</b>    |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
|                   | 460           | Крендель сахарный                     | 50     | 3.54              | 6.57    | 27.87       | 181.0                         | 0             |
|                   |               | Варенец                               | 150    | 5.0               | 4.4     | 7.0         | 92.5                          | 1.4           |
| Итого             |               |                                       | 200    |                   |         |             |                               |               |
| <b>Ужин</b>       |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
|                   | 168           | Каша рисовая жидкая                   | 200    | 7.96              | 8.2     | 40.6        | 273.6                         | 0             |
|                   |               | Какао с молоком                       | 180    | 2.6               | 2.3     | 22.3        | 120.6                         | 1.43          |
|                   |               | Хлеб                                  | 20     | 1.66              | 0,26    | 9,62        | 45,40                         |               |
| Итого             |               |                                       | 400    |                   |         |             |                               |               |
| Всего             |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |

Медсестра

*(Handwritten signature)*

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



## Меню

31 января 2024г.

САД 12 ЧАСОВ

ср 179 00

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                    | Выход  | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |                                       |        | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
|                   | 81            | Запеканка творожная с изюмом и соусом | 150/40 | 7.96              | 8.41    | 45.04       | 298.0                         | 2.18          |
|                   |               | Бутерброд с маслом                    | 25/5   | 2.3               | 4.3     | 15.1        | 105.4                         | 0             |
|                   |               | Чай с сахаром                         | 180    |                   |         | 9.7         | 38.7                          | 0.03          |
| Итого             |               |                                       | 400    |                   |         |             |                               |               |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
|                   |               |                                       | 80     | 0.6               | 0.6     | 15.7        | 47.0                          | 15.0          |
| Итого             |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
| <b>Обед</b>       |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
|                   | 15            | Салат из моркови                      | 40     | 0.18              | 0       | 0,33        | 2.45                          |               |
|                   | 66            | Щи со сметаной на м/к бульоне         | 200/6  | 5.7               | 8.3     | 7.4         | 129.1                         | 16.03         |
|                   | 95            | Запеканка картофельная с мясом        | 180    | 10.6              | 11.8    | 23.5        | 236.3                         | 3.8           |
|                   |               | Компот из сушеных фруктов             | 180    | 0.5               | 0.1     | 28.5        | 117.9                         | 0.36          |
|                   |               | Хлеб пшеничный                        | 15     | 4.7               | 0.4     | 31.1        | 146.8                         | 0             |
|                   |               | Хлеб ржаной                           | 26     | 2.9               | 0.4     | 14.9        | 61.0                          | 0             |
| Итого             |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
| <b>Полдник</b>    |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
|                   | 460           | Крендель сахарный                     | 70     | 3.54              | 6.57    | 27.87       | 181.0                         | 0             |
|                   |               | Варенец                               | 180    | 5.0               | 4.4     | 7.0         | 92.5                          | 1.4           |
| Итого             |               |                                       | 250    |                   |         |             |                               |               |
| <b>Ужин</b>       |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
|                   | 168           | Каша рисовая жидкая                   | 220    | 17.1              | 8.2     | 40.6        | 273.6                         | 0             |
|                   |               | Какао с молоком                       | 200    | 2.6               | 2.3     | 22.3        | 120.6                         | 1.43          |
|                   |               | Хлеб пшеничный                        | 30     | 2,49              | 0,39    | 14,43       | 68,10                         |               |
| Итого             |               |                                       | 450    |                   |         |             |                               |               |
| Итого             |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |
| Всего             |               |                                       |        |                   |         |             |                               |               |

Медсестра \_\_\_\_\_