

Утверждаю
И.о.заведующего МБДОУ «Детский сад № 379»

Николаева /О.Н.Николаева

Меню

07 октября 2024г.

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								
	205	Макаронные изделия с маслом	160	6.68	4.36	27.25	203.4	0
		Батон с маслом	25/5	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	Кабачковая икра	40	0.6	2.36	3.86	39.0	4.8
	28	Борщ на к/б	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	Каша гречневая рассыпчатая	130	7.37	5.98	33.48	217.0	0
	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	70	6.5	9.90	30.7	249.1	1.31
		Чай с сахаром	180			9.7	21.7	
Итого			250					
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 *Николаева* /

Утверждаю
И.о.заведующего МБДОУ «Детский сад № 379»
Николаева Ю.Н.Николаева

Меню

07 октября 2024г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

Сборник рецептов	№ 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	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	2.36	0.2	32	0
Итого			350					
II Завтрак								
		Напиток из шиповника	80	0.6	0.3	22.0		92.7
Итого								
Обед								
	93	Кабачковая икра	40	0.6	2.6	3.86	39.0	4.8
	28	Борщ на к/б	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	Каша гречневая рассыпчатая	120	7.37	5.98	33.48	217.0	0
	376	Компот их с/ф	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	50	6.5	9.90	30.7	249.1	1.31
		Чай с сахаром	150			9.7	21.7	
Итого			200					
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

Николаева