

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

Николаева О.Н. Николаева

Меню

17 мая 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								
	33	Суп с макаронами изделиями	200	9,8	9,4	35.2	265,4	2.53
		Батон с маслом	25/5	2,3	4,3	15.1	108,4	0
		Чай с молоком	180	2,8	3,1	14.3	96,9	1.2
Итого			400	14,9	16,8	64.6	470,7	3.73
II Завтрак								
			80	0,9	0,2	15.8	73,6	3
Итого				0,9	0,2	16.8	73,6	3
Обед								
			40	0.3	2.58	4.26	21.74	3.2
	94	Суп крестьянский с крупой	200	3,3	5,03	12.3	106,6	10
		Котлета из мяса птицы	60	15,51	12,43	3.29	187,0	0.01
	54	Картофельное пюре	150	3.0	3.7	20.0	124.9	16.0
		Напиток из шиповника	150	0,6	0,3	22.0	92,7	2.08
		Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	0
		Хлеб ржаной	24	3,7	0,5	23,9	114,8	0
Итого				24,4	25,2	92,3	693,5	20,43
Полдник								
	235	Запеканка манная с творогом, с соусом, изюмом	80/20	14,10	9,72	11.81	193,51	0.58
		Чай с сахаром	150	4,3	3,7	5.8	77,1	1.4
Итого			250	7,3	9,7	26,9	228,3	2.47
Ужин								
		Каша геркулесовая жидкая	220	9,0	9,3	35.2	265,4	2.53
		Кофейный напиток с молоком	200	5,5	4,8	9.1	101.7	2.73
		Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15.1	71.0	0
Итого			450	14,8	13,3	59,2	417,1	3.18
Всего				62,3	65,2	259,8	1802,5	32.81

Медсестра

Николаева

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

Утверждаю

Меню

17 мая 2024г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	33	Суп с макаронами изделиями	150	9,8	9,4	35,2	265,4	2,53
		Батон с маслом	15/5	2,3	4,3	15,1	108,4	0
		Чай с молоком	180	2,8	3,1	14,3	96,9	1,2
Итого			350	14,9	16,8	64,6	470,7	3,73
II Завтрак								
Итого			80	0,9	0,2	15,8	73,6	3
				0,9	0,2	16,8	73,6	3
Обед								
	94	Суп крестьянский с крупой	40 150	0,3 3,3	2,58 5,03	4,26 12,3	21,74 106,6	3,2 10
		Котлета из мяса птицы	50	15,51	12,43	3,29	187,0	0,01
	54	Картофельное пюре	120	3,0	3,7	20,0	124,9	16,0
		Напиток из шиповника	150	0,6	0,3	22,0	92,7	2,08
		Хлеб пшеничный	15	1,5	0,1	10,0	47,4	0
		Хлеб ржаной	24	3,7	0,5	23,9	114,8	0
Итого				24,4	25,2	92,3	693,5	20,43
Полдник								
	235	Запеканка творожная, с соусом, изюмом	60/10	14,10	9,72	11,81	193,51	0,58
		Чай с сахаром	150	4,3	3,7	5,8	77,1	1,4
Итого			200	7,3	9,7	26,9	228,3	2,47
Ужин								
		Каша геркулесовая жидкая	200	9,0	9,3	35,2	265,4	2,53
		Кофейный напиток с молоком	180	5,5	4,8	9,1	101,7	2,73
		Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	15,1	71,0	0
Итого			400	14,8	13,3	59,2	417,1	3,18
Всего				62,3	65,2	259,8	1400	32,81

Медсестра

Михаэла