

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



Утверждаю

Николаева /О.Н.Николаева

Меню

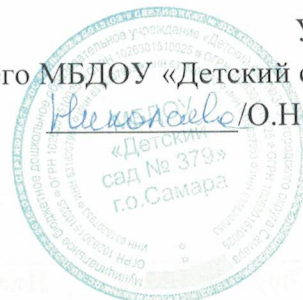
17 сентября 2024г.

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								
	88	Каша «Дружба» молочная	150	3.14	5.08	13.1	201	0.4
		Батон с маслом	15\5	2.3	4.3	9.0	108.0	
		Кофейный напиток	180	3.1	3.2	11.1	96.2	
Итого			350				405.2	
II Завтрак								
		Сок фруктовый	75	0.9	0.2		47.0	15
Итого								
Обед								
	15	Салат из моркови	30	0.3	2.5	4.2	20.4	3.2
	74	Рассольник на К/бульоне	150	4.0	2.1	11.1	60.0	5.5
	282	Макароны отварные	120	11.0	9.8	4.8	83.0	0
	204	Котлета из мяса птицы	60	4.1	4.48	30.1	150	0
	123	Компот из с/м ягод	150	0.1	0.04	8.7	34.7	20.0
		Хлеб пшеничный	15	3	0.1	21.2	70.0	
		Хлеб ржаной	20	1	0.	7.9	34.0	
Итого			460					
Полдник								
		Печенье	35	3.24	6.1	25.8	170	0
		Молоко	150	4.5	3.9	6.2	82.3	1.4
Итого			200					
Ужин								
		Рыба под яйцом	70	13.1	13.8	11.0	90.0	0.14
		Капуста тушёная	130	2.8	4.2	9.7	82.4	21.0
		Чай с лимоном	180/5	0.12	0.02	10.2	31	2.83
		Хлеб пшеничный	15				33.5	
Итого			400					
Всего							1393	

Медсестра *Николаева*

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



Меню
17 сентября 2024г.

САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	88	Каша «Дружба» молочная	200	3.16	5.09	13.17	221.	0.45
		Батон с маслом	20/5	2.3	4.3	9.1	112.4	0
		Кофейный напиток	180	3.10	3.20	11.18	96.2	0.54
Итого							429.8	
II Завтрак								
		Сок фруктовый	80	0.9	0.2		47.0	15
Итого								
Обед								
	15	Салат из моркови	40	0.3	2.51	4.29	21.79	3.26
		Рассольник на К/бульоне	200	4.2	2.19	11.16	83.35	5.5
		Котлета из мяса птицы	70	11.2	9.88	4.81	147.	0
		Макароны отварные	130	4.19	4.48	30.12	170.2	0
		Компот из с/м ягод	180	0.1	0.04	8.71	44.72	20.0
		Хлеб пшеничный	15	2.1	0.1	14.2	118.0	
		Хлеб ржаной	20	2.7	0.3	17.9	67.0	
Итого								
Полдник								
		Печенье	35	3.24	6.16	25.84	174	0
		Молоко	200	5.5	3.9	6.3	114.3	
Итого								
Ужин								
		Рыба под яйцом	80	13.13	13.89	11.9	103.2	0.14
		Капуста тушёная	150	2.8	4.2	9.74	91.05	21.9
		Чай с лимоном	200/5	0.12	0.02	10.2	41	2.83
		Хлеб пшеничный	15				33.5	
Итого								
Всего							1703.8	

Медсестра Николаева