



Утверждаю
Заведующего МБДОУ
«Детский сад № 379» г. о. Самара
Ю. А. Ежова

Меню
17 декабря 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	17/5	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
		½ яйца	20	11.2	9.88	4.81	147.	0
		Макароны отварные	130	4.19	4.48	30.12	170.2	0
		Компот из см ягод	180	0.1	0.04	8.71	44.72	20.0
		Хлеб пшеничный	16	2.1	0.1	14.2	118.0	
		Хлеб ржаной	22	2.7	0.3	17.9	67.0	
Итого			620					
Полдник								
		Печенье	35	3.24	6.16	25.84	174	0
		Молоко	180	5.5	3.9	6.3	114.3	
Итого			250					
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	16				33.5	
Итого			450					
Всего							1703.8	

Стоимость 178,9 /

Главный бухгалтер М.В. Кувшинова

Заведующий хозяйством В.А. Слесарева

Утверждаю
Заведующего МБДОУ
«Детский сад № 379» г. о. Самара
О. А. Ежова

Меню
17 декабря 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	80	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	½ яйца	20	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	16	3	0.1	21.2	70.0	
		Хлеб ржаной	22	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	16				33.5	
Итого			400					
Всего							1393	

Стоимость 178,9 /

Главный бухгалтер М.В. Кувшинова

Заведующий хозяйством В.А. Слесарева