



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

Меню

22 января 2025г.

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								
	237	Запеканка творожная с соусом	120/30	17,1	8,2	40.6	273,6	0,24
		Батон с сыром	8/14	2,3	4,3	15.1	105,5	0
		Какао с молоком	180	3.1	3,4	14.7	102.7	1.2
Итого			350	14,5	15,9	70.4	484,7	3.38
II Завтрак								
		Яблоко	53	0.6	0.6	9.8	47.0	15
Итого								
Обед								
		Салат из капусты	30	1.0	0.6	5.5	53.7	17.48
	80	Суп на м/к бульоне овощной	150	6.0	7.7	13.5	146.7	10
	276	Жаркое по домашнему	160	12.8	11.5	20.9	238.2	7.25
		Напиток из шиповника	150			23.6	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	19	2.3	0.2	15.1		71.0
		Хлеб ржаной	15	2.9	0.4	18.9		91.0
Итого				23.5	22.4	95.7	677.9	29.13
Полдник								
	136	Ватрушка с повидлом	50	3.3	3.9	27.6	287.3	0.06
		Варенец	166	4.5	3.9	6.2	82.3	1.4
Итого			200	7.8	10.0	33.8	360.2	1.4
Ужин								
		Каша манная молочная	200	9.26	8.54	41.25	279.0	2.2
		Кофейный напиток	180	2.3	22.3	1.43	120.0	6
		Хлеб пшеничный	19	2.3	0.2	15.1	71.0	
Итого			400					
Всего				72.9	71.9	270.7	1420	65.67

Стоимость _____ 179,1 _____ /

Главный бухгалтер Зеленова / К.В. Зеленова

Заведующий хозяйством Слесарева / В.А. Слесарева



Утверждаю

Заведующего МБДОУ

«Детский сад № 379» г. о. Самара

Ю. А. Ежова

Меню

22 января 2025г

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								
	237	Запеканка творожная с соусом	150/40	17,1	8,2	40,6	273,6	0,24
		Батон с сыром	8/14	2,3	4,3	15,1	105,5	0
		Какао с молоком	180	3,1	3,4	14,7	102,7	1,2
Итого			400	14,5	15,9	70,4	484,7	3,38
II Завтрак								
		Яблоко	53	0,6	0,6	9,8	47,0	15
Итого								
Обед								
		Салат из капусты	30	1,0	0,6	5,5	53,7	17,48
	80	Суп на м/к бульоне овощной	200	6,0	7,7	13,5	146,7	10
	276	Жаркое по домашнему	180	12,8	11,5	20,9	238,2	7,25
		Напиток из шиповника	180			23,6	79,7	90,0
		Хлеб пшеничный	19	2,3	0,2	15,1		71,0
		Хлеб ржаной	15	2,9	0,4	18,9		91,0
Итого				23,5	22,4	95,7	677,9	29,13
Полдник								
	136	Ватрушка с повидлом	70	3,3	3,9	27,6	287,3	0,06
		Варенец	166	4,5	3,9	6,2	82,3	1,4
Итого			250	7,8	10,0	33,8	360,2	1,4
Ужин								
		Каша манная молочная	220	9,26	8,54	41,25	279,0	2,2
		Кофейный напиток	200	2,3	22,3	1,43	120,0	6
		Хлеб пшеничный	19	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого			450					
Всего				72,9	71,9	270,7	1808,0	65,67

Стоимость 179,1 /

Главный бухгалтер *Зеленова* / К.В. Зеленова

Заведующий хозяйством *Слесарева* / В.А. Слесарева