

Утверждаю

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

Николаева /О.Н.Николаева



Меню
24 сентября 2024
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								
	168	Каша гречневая вязкая молочная	150	11.08	9.83	40.42	287.0	2.18
	01	Бутерброд с маслом	15/5	1.23	5.84	14.43	105.5	0.11
	397	Какао с молоком	180	3.0	3.1	14.0	96.7	1.43
Итого			350					
II Завтрак								
	399	Сок фруктовый	90	0.5		25.6	3	47.5
Итого								
Обед								
	33	Салат из свеклы	30	2.8	11.7	4.2	134.4	4.75
	82	Суп на м/к бульоне с макаронными изделиями	150	2.15	2.27	13.71	84	6.6
	132	Капуста тушеная с мясом	110	3.8	6.2	107.6	194.7	24.99
		Компот из с/з ягод	150			9.7	79.7	90.0
		Хлеб пшеничный	15	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	20	3.2	0.4	20.6	98.9.0	0
Итого								
Полдник								
		Печенье	40	3.0	3.9	29.8	203.0	0
		Молоко	150	6.1	5.3	10.1	82.0	2.73
Итого								
Ужин								
	255	Котлеты рыбные	60	8.3	3.4	4.3	81.9	0.34
	56	Гороховое пюре	135	16.0	3.5	33.5	114.7	229.5
		Хлеб пшеничный	20	0.8	0.1	5.0	23.7	0
		Чай с сахаром, лимоном	185	0.06	0.02	9.46	0.03	38
Итого			400					
Всего								

Медсестра *Николаева*

