

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



О.Н.Николаева

## Меню

30 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
	165	Гречневая каша с молоком	200	10	9.52	32.4	194	0
		Батон с маслом	18.5	2.3	4.3	9.1	105.5	
		Чай с сахаром	180					
Итого			400				38.7	0.03
<b>II Завтрак</b>								
	398	Напиток из шиповника	80	0.6	0.3	22.0	92.7	
Итого								
<b>Обед</b>								
		Огурец солёный	24	1.1	0.6	5.5	5.56	5.5
	81	Суп на курином бульоне гороховый	200	4.3	4.3	13.2	109.4	
	301	Суфле из мяса птицы	70	12.37	5.59	3.33	111.72	19.2
	132	Капуста тушеная	130	2.66	4.18	9.71	89.05	21.9
	376	Компот из сухофруктов	180	0.4	0.02	24.9	102	0.36
		Хлеб пшеничный	19	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	19	6.4	1.0	42.3	112.8	0
Итого								
<b>Полдник</b>								
	138	Пирожок с картофелем	70	6.8	9.9	29.4	249	1.3
		Напиток из вишни	180	3.1	3.2	11.0	80.9	0.5
Итого			250					
<b>Ужин</b>								
	168	Каша пшеничная молочная	220	9.9	9.7	40.1	287	2.4
		Кофейный напиток	200				38.7	
		Хлеб пшеничный	30	1.8	0.3	12.0	49.6	0
Итого			450					
Всего								

Медсестра

*Николаева*

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

Утверждаю

О.Н.Николаева



## Меню

30 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		
<b>Завтрак</b>								
	165	Гречневая каша с молоком	150	10.8	9.62	30.85	184,34	2
		Батон с маслом	15/ 5	2.3	4.3	9.1	105.5	0
		Чай с сахаром	180				38.7	0.03
Итого			350					
<b>II Завтрак</b>								
	398	Напиток из шиповника	80	0.6	0.3	22.0		92.7
Итого								
<b>Обед</b>								
		Огурец солёный	27	1.0	0.6	55	5.56	2.2
	81	Суп на курином бульоне гороховый	150	4.3	4.2	13.0	109.4	
	301	Суфле из мяса птицы	60	12.0	5.5	3.3	110	
	132	Капуста тушеная	120	2.6	4.1	9.1	89.0	
	376	Компот из кураги	150	0.4	0.02	24.9	102	0.36
		Хлеб пшеничный	19	1.5	0.1	10.0	47.4	0
		Хлеб ржаной	19	3.7	0.5	23.5	112.8	0
Итого								
<b>Полдник</b>								
	138	Пирожок с картофелем	50	6.8	9.9	29.4	249	1.3
		Напиток из вишни	150	3.1	3.2	11.0	80.9	0.5
Итого			200					
<b>Ужин</b>								
	168	Каша пшеничная молочная	200	9.9	9.6	40.1	287	2.4
		Кофейный напиток	180			9.7	38.7	
		Хлеб пшеничный	20	1.2	0.1	8.0	37.9	0
Итого			400					
Всего								

Медсестра

*Николаева*