

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

_____/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	340	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	200	11,2	6,1	23,4	193	0
2008		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,5	2,2	0,1	31	0
2008		БАТОН	25	2	0,3	12,3	60	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,9	2,4	15	94	0,5
Итого			450	18,6	15,1	50,8	415	0,5
II Завтрак								
2008	143	БАНАН	100	1,1	0,4	14,7	67	7
Итого			100	1,1	0,4	14,7	67	7
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,3	0,1	1,1	7	7,1
2008	75	ЩИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ НА	200	1,9	3,1	9,9	76	12,8
2008	97	ПЛОВ С КУРОЙ	170	8,5	10,6	30	250	1,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	14	67	0
2008		НАПИТОК ИЗ ЧЕРНИКИ	180	0,1	0,1	18,9	77	10,9
Итого			613	13	14,2	73,9	477	32,2
Уплотненный полдник								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	2,7	4,4	18	123	8,7
2008		БИТОЧКИ ИЗ МЯСА	70	12,6	13,5	11,9	219	0,3
2008		СМЕТАННЫЙ ПИРОГ	70	3,8	2,6	27,1	150	0
2008	121	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	5,2	4,5	7,6	97	0,5
Итого			450	24,3	25	64,6	589	9,5
Всего				57	54,7	204	1548	49,2

Шаповалова Е.Е., Пряхина И.П., Соловьева Г.В.

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

Сад санаторный 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	340	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	200	11,2	6,1	23,4	193	0
2008		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,5	2,2	0,1	31	0
2008		БАТОН	25	2	0,3	12,3	60	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА	200	3	2,4	15,2	95	0,5
Итого			450	18,7	15,1	51	416	0,5
II Завтрак								
2008	141	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,3	0,1	1,1	7	7,1
2008	75	ЩИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С КУРОЙ	200	4,9	5,7	9,9	112	12,9
2008	97	ПЛОВ С КУРОЙ	170	8,5	10,6	30	250	1,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		НАПИТОК ИЗ ЧЕРНИКИ	180	0,1	0,1	18,9	77	10,9
Итого			610	15,8	16,8	72,6	507	32,3
Уплотненный полдник								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	2,7	4,4	18	123	8,7
2008		БИТОЧКИ ИЗ МЯСА	70	12,6	13,5	11,9	219	0,3
2008		СМЕТАННЫЙ ПИРОГ	70	3,8	2,6	27,1	150	0
2008	121	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	5,2	4,5	7,6	97	0,5
Итого			450	24,3	25	64,6	589	9,5
Всего				59,2	57,3	196,8	1553	51,1

Шаповалова Е.Е., Пряхина И.П., Соловьева Г.В.