

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

_____/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

10 апреля 2024 г.

Сад 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО С/М	150	19,8	14,8	32,9	347	0,5
2008		БАТОН	25	2	0,3	12,3	60	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	3,9	16,9	122	0,8
Итого			380	26,5	23,1	62,1	566	1,3
II Завтрак								
2008	142	АПЕЛЬСИН	100	0,6	0,1	5,7	30	42
Итого			100	0,6	0,1	5,7	30	42
Обед								
2008		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	2,9	2,5	9,7	74	5
2008	123	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	0,1	13	67	27,6
2008		РУЛЕТ ИЗ ИНДЕЙКИ С ЯЙЦОМ	70	13,8	18,2	5,3	240	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180			9,7	39	0
Итого			615	22	21,1	52,5	491	32,6
Уплотненный полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,2	1,9	29	1,7
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,2	2,9	26,7	150	0
2008		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,5	5,7		71	0,1
2008	139	КРЕКЕР	30	1,8	1,4	22,5	110	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
Итого			385	11,1	12,2	61	400	1,8
Всего				60,2	56,5	181,3	1487	77,7

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

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

_____/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

10 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО С/М	150	20,6	15,1	33	354	0,5
2008		БАТОН	25	2	0,3	12,3	60	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	3,9	16,9	122	0,8
Итого			380	27,3	23,4	62,2	573	1,3
II Завтрак								
2008	142	АПЕЛЬСИН	100	0,6	0,1	5,7	30	42
Итого			100	0,6	0,1	5,7	30	42
Обед								
2008		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	2,9	2,5	9,7	74	5
2008	123	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	0,1	13	67	27,6
2008		РУЛЕТ ИЗ ИНДЕЙКИ С ЯЙЦОМ	70	13,8	18,2	5,3	240	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180			9,7	39	0
Итого			610	21,7	21,1	50,4	481	32,6
Уплотненный полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,5	2,2	1,9	29	1,7
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,2	2,9	26,7	150	0
2008		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,4	4,3		53	0,1
2008	139	КРЕКЕР	30	1,8	1,4	22,5	110	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
Итого			380	10	10,8	61	382	1,8
Всего				59,6	55,4	179,3	1466	77,7

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