

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

11 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 | | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ | 200 | 7 | 9,7 | 23,9 | 212 | 0,9 |
| 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 | 180 | 0,1 | | 10,4 | 42 | 0 |
| Итого | | | 410 | 9,1 | 14,1 | 46,6 | 351 | 0,9 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 142 | АПЕЛЬСИН | 95 | 0,6 | 0,1 | 5,4 | 29 | 39,9 |
| Итого | | | 95 | 0,6 | 0,1 | 5,4 | 29 | 39,9 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 25 | 0,3 | | 0,9 | 6 | 5,9 |
| 2008 | 80 | БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 2 | 4,4 | 13,4 | 105 | 7,9 |
| 2008 | 308 | КУРА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 175 | 9,3 | 11,3 | 14,4 | 198 | 19,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 33 | 2,2 | 0,3 | 13,9 | 67 | 0 |
| 2008 | | НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ | 180 | 0,1 | | 18,6 | 76 | 7,8 |
| Итого | | | 613 | 13,9 | 16 | 61,2 | 452 | 41,4 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ | 130 | 2,7 | 3,6 | 28,5 | 157 | 0 |
| 2008 | 94 | МОЛОТОЕ МЯСО | 70 | 12,1 | 16,1 | 4,5 | 211 | 0,7 |
| 2008 | 11 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | 25 | 2,7 | 4,4 | 14,6 | 109 | 0,1 |
| 2008 | 429 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0 |
| Итого | | | 405 | 17,6 | 24,1 | 57,5 | 517 | 0,8 |
| Всего | | | | 41,2 | 54,3 | 170,7 | 1349 | 83 |

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

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

11 апреля 2024 г.

Сад санаторный 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 | | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ | 200 | 7 | 9,7 | 23,9 | 212 | 0,9 |
| 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 | 180 | 0,1 | | 10,3 | 42 | 0 |
| Итого | | | 410 | 9,1 | 14,1 | 46,5 | 351 | 0,9 |
| 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 | 25 | 0,3 | | 0,9 | 6 | 5,9 |
| 2008 | 80 | БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 2 | 4,4 | 13,4 | 105 | 7,9 |
| 2008 | 308 | ИНДЕЙКА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 150 | 12,4 | 15,9 | 13,4 | 247 | 17,3 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| 2008 | | НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ | 180 | 0,1 | | 18,6 | 76 | 7,8 |
| Итого | | | 585 | 16,8 | 20,6 | 59 | 495 | 38,9 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 325 | РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ | 130 | 2,7 | 3,6 | 28,5 | 157 | 0 |
| 2008 | 94 | МОЛОТОЕ МЯСО | 70 | 12,1 | 16,1 | 4,5 | 211 | 0,7 |
| 2008 | 11 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | 25 | 2,7 | 4,4 | 14,6 | 109 | 0,1 |
| 2008 | 429 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0 |
| Итого | | | 405 | 17,6 | 24,1 | 57,5 | 517 | 0,8 |
| Всего | | | | 43,9 | 59,2 | 171,6 | 1404 | 49,4 |

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