

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

17 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	123	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	0,1	13	67	27,6
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	2	3,4	8,7	74	3,2
2008		РУЛЕТ ИЗ ИНДЕЙКИ С ЯЙЦОМ	60	12,5	16,3	4,5	215	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180			9,7	39	0
Итого			605	19,8	20,1	50,7	466	30,8
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	94	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,1	16,1	4,5	211	0,7
2008	139	ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
Итого			455	19,9	23,6	80,5	613	2,4
Всего				66,8	66,9	199	1675	76,5

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

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

17 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	95	0,6	0,1	5,4	29	39,9
Итого			95	0,6	0,1	5,4	29	39,9
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	2	3,4	8,7	74	3,2
2008	123	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	0,1	13	67	27,6
2008		РУЛЕТ ИЗ ИНДЕЙКИ С ЯЙЦОМ	60	11,6	15,2	4,5	202	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180			9,7	39	0
Итого			600	18,6	19	48,6	443	30,8
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	94	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,1	16,1	4,5	211	0,7
2008	139	ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
Итого			455	19,9	23,6	80,5	613	2,4
Всего				66,4	66,1	196,7	1658	74,4

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