

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

26 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	180	4,5	3,7	17,5	121	0,8
Итого			430	20,2	16,4	53,3	442	0,8
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	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	1,9	4	13,3	99	7,9
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	130	4,9	6,2	22	162	0
2008	104	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ	70	7	11,1	2,5	139	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180			9,7	39	0
Итого			610	15,8	21,6	60,2	500	8,9
Уплотненный полдник								
2008		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	30	0,4	1,8	2,3	28	7,8
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	2,7	4,4	18	123	8,7
2008		РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	6,3	6,1	1	84	0,2
2008	140	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
Итого			440	10,3	13,3	54,4	381	16,7
Всего				46,9	51,4	173,6	1353	68,4

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

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

26 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 МОЛОКЕ	180	4,5	3,7	17,5	121	0,8
Итого			430	20,2	16,4	53,3	442	0,8
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	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	1,9	3,7	13,2	95	7,9
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	130	4,9	6,2	22	162	0
2008		КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ	70	14	19	11,5	271	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180			9,7	39	0
Итого			610	22,8	29,2	69,1	628	8
Уплотненный полдник								
2008		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	30	0,4	1,8	2,3	28	7,8
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	2,7	4,4	18	123	8,7
2008		РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	5,9	6,1	1	83	0,2
2008	140	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
Итого			440	9,9	13,3	54,4	380	16,7
Всего				53,5	59	182,5	1480	67,5

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