

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

27 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	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		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	30	0,4	1,8	2,3	28	7,8
2008		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	2,9	2,5	9,7	74	5
2008		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	150	9,3	10,9	21,1	221	10,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	13,9	67	0
2008	122	СОК	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			613	15,8	15,7	67,2	476	27,4
Уплотненный полдник								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,2	2,9	26,7	150	0
2008		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,6	7,2		88	0,2
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			365	11,7	11,5	59,1	388	0,2
Всего				37	41,7	181,5	1256	37,3

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

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

МЕНЮ

27 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		КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	200	7	9,7	23,9	212	0,9
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	180	0,1		10,4	42	0
Итого			430	11,6	16,3	46,7	382	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		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	30	0,4	1,8	2,3	28	7,8
2008		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	2,9	2,5	9,7	74	5
2008		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	150	9,3	10,9	21,1	221	10,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	122	СОК	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			610	15,6	15,7	66	470	27,4
Уплотненный полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	25	0,3		0,9	6	5,9
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,2	2,9	26,7	150	0
2008		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,6	7,2		88	0,2
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			390	12	11,5	60	394	6,1
Всего				39,6	43,9	181,3	1287	43,2

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