

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

**МЕНЮ**

3 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА С/М С МАСЛОМ	200	7,1	6,1	35,3	223	0,1
2008		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008		БАТОН	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		10,5	42	0
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>14,6</b>	<b>15</b>	<b>60,8</b>	<b>434</b>	<b>0,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	122	СОК	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ	200	2,8	3,5	13,5	97	3,2
2008	308	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	175	8,8	11,4	18,2	211	11,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	14	67	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180			9,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>588</b>	<b>13,8</b>	<b>15,2</b>	<b>55,4</b>	<b>414</b>	<b>14,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	122	БЛИНЫ С ВАРЕНЬЕМ	200	11,2	9,8	94,3	505	0,4
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	180	0,1		10	41	0,4
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>11,3</b>	<b>9,8</b>	<b>104,3</b>	<b>546</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>40,7</b>	<b>40,2</b>	<b>240,7</b>	<b>1480</b>	<b>19,5</b>

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

Согласовано

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

/Смирнова Т.А./

**МЕНЮ**

3 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА С/М С МАСЛОМ	200	7,1	6,1	35,3	223	0,1
2008		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	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	0,2		10,5	42	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>14,2</b>	<b>15</b>	<b>58,4</b>	<b>423</b>	<b>0,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	122	СОК	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ	200	2,8	3,5	13,5	97	3,2
2008	308	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	175	8,8	11,3	15,9	202	12,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180			9,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>585</b>	<b>13,6</b>	<b>15,1</b>	<b>51,8</b>	<b>399</b>	<b>16,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	122	БЛИНЫ С ВАРЕНЬЕМ	200	11	9,6	94,3	503	0,4
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	180	0,1		10	41	0,4
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>11,1</b>	<b>9,6</b>	<b>104,3</b>	<b>544</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>39,9</b>	<b>39,9</b>	<b>234,7</b>	<b>1452</b>	<b>21</b>

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