

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

_____ /Смирнова Т.А./

МЕНЮ

7 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		
Завтрак								
2008	67	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	7,77	9,83	4,93	139,83	0,52
2008		БАТОН	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	2,96	2,43	15,13	94,80	0,52
Итого			360	12,76	16,64	32,38	331,53	1,04
II Завтрак								
2008	144	ГРУША	105	0,38	0,28	9,73	44,42	4,73
Итого			105	0,38	0,28	9,73	44,42	4,73
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,31	0,06	1,08	6,84	7,13
2008		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,04	5,51	18,71	149,66	0,83
2008		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	150	9,38	10,94	21,06	220,65	10,72
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,18	0,29	13,99	67,31	0,00
2008		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,05	0,01	14,68	59,83	0,86
Итого			593	17,96	16,81	69,52	504,29	19,54
Уплотненный полдник								
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	2,72	3,59	28,53	157,25	0,00
2008	94	МОЛОТОЕ МЯСО	70	10,50	14,66	4,55	192,10	0,72
2008	140	СУХАРИ	40	2,96	3,76	29,24	162,80	0,00
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			420	16,28	22,01	72,20	552,05	0,74
Всего				47,38	55,74	183,83	1 432,29	26,05

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

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

_____ /Смирнова Т.А./

МЕНЮ

7 мая 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	67	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	7,77	9,83	4,93	139,83	0,52
2008		БАТОН	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	2,96	2,43	15,13	94,80	0,52
Итого			360	12,76	16,64	32,38	331,53	1,04
II Завтрак								
2008	144	ГРУША	100	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
Итого			100	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,31	0,06	1,08	6,84	7,13
2008		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,04	5,51	18,71	149,66	0,83
2008		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	150	9,37	10,94	21,03	220,45	10,51
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,05	0,01	14,69	60,03	0,96
Итого			590	17,76	16,78	68,23	498,17	19,43
Уплотненный полдник								
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	2,72	3,59	28,53	157,25	0,00
2008	94	МОЛОТОЕ МЯСО	70	10,50	14,66	4,55	192,10	0,72
2008	140	СУХАРИ	40	2,96	3,76	29,24	162,80	0,00
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			420	16,28	22,01	72,20	552,05	0,74
Всего				47,16	55,70	182,08	1 424,05	25,71

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