

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

_____ /Смирнова Т.А./

МЕНЮ

13 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	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	200	6,15	6,41	27,87	194,41	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	180	2,96	2,43	15,13	94,80	0,52
Итого			410	11,14	13,22	55,32	386,11	1,04
II Завтрак								
2008	142	АПЕЛЬСИН	95	0,60	0,13	5,39	28,60	39,90
Итого			95	0,60	0,13	5,39	28,60	39,90
Обед								
2008		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	50	0,69	3,05	3,83	45,89	12,90
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/Б	200	1,88	7,10	11,80	118,90	0,64
2008	97	ПЛОВ С МЯСОМ	170	9,77	11,71	29,47	262,56	1,10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,12	0,28	13,56	65,27	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			632	14,46	22,14	68,34	531,32	14,64
Уплотненный полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,22	0,03	0,70	3,91	2,79
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,18	3,61	26,71	156,16	0,00
2008	94	МОЛОТОЕ МЯСО	70	12,13	16,06	4,55	211,13	0,72
2008	140	ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			440	17,47	20,69	65,03	517,30	3,53
Всего				43,67	56,18	194,08	1 463,33	59,11

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

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 67"

_____ /Смирнова Т.А./

МЕНЮ

13 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	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	200	6,15	6,41	27,87	194,41	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	2,93	2,43	14,96	94,06	0,52
Итого			410	11,11	13,22	55,15	385,37	1,04
II Завтрак								
2008	141	ЯБЛОКО	95	0,33	0,33	8,19	39,29	8,36
Итого			95	0,33	0,33	8,19	39,29	8,36
Обед								
2008		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	50	0,69	3,05	3,83	45,89	12,90
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/Б	200	1,88	7,10	11,80	118,90	0,64
2008	97	ПЛОВ С МЯСОМ	170	9,77	11,71	29,47	262,56	1,10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			630	14,33	22,12	67,50	527,24	14,64
Уплотненный полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,19	0,02	0,58	3,25	2,32
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,18	3,61	26,71	156,16	0,00
2008	94	МОЛОТОЕ МЯСО	70	12,13	16,06	4,55	211,13	0,72
2008	140	ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			435	17,44	20,68	64,91	516,64	3,06
Всего				43,21	56,35	195,75	1 468,54	27,10

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