

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад № 5"
Антонова Л.В./

МЕНЮ
3 апреля 2024 г.
Ясли 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								
2012	94	МОЛОЧНО-ПШЕННЫЙ СУП	150	5	5,1	20,9	151	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/12	3,9	6,3	14,7	133	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	11,2	79	0,5
Итого			342	11,8	13,8	46,8	363	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			150	0,8	0,2	15,2	65	3
Обед								
2012	81	СУП ДИЕТИЧЕСКИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,5	7,3	8	121	4
2012	268	КУРИНОЕ СУФЛЕ	55	12,1	12,8	7,2	190	1
2012	414	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	11,1	4,8	23,2	181	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
Итого			495	31,3	25,3	62,4	602	5
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	152	3	2,3	4,6	73	1,1
2012	469	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	65	5	3,5	28	162	0,1
Итого			217	8	5,8	32,6	235	1,2
Ужин								
2012	249	РЫБА, ПОД ОМЛЕТОМ	110	14	11,7	6,5	187	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	155	0,1		6,1	25	0
Итого			295	16,4	11,9	27,7	283	0,4
Всего				68,3	57	184,7	1548	10,6

Бухгалтер  Сидорова И.Л.

Шеф-повар _____ Сызганова Н.В.

Согласовано

Заведующая
МДОУ "Детский сад № 5"
(Антонова Л.В.)**МЕНЮ**
3 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								
2012	94	МОЛОЧНО-ПШЕННЫЙ СУП	200	5,6	6,3	24,6	177	0,5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/13	3,9	7,2	14,7	140	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,6	84	0,5
Итого			443	12,5	15,9	51,9	401	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	0,9	0,2	18,5	79	3,7
Итого			182	0,9	0,2	18,5	79	3,7
Обед								
2012	81	СУП ДИЕТИЧЕСКИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	6,1	8,9	11,7	152	5,8
2012	268	КУРИНОЕ СУФЛЕ	75	14,8	14,9	7,6	222	1,2
2012	414	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	120	13,3	5,9	27,8	217	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,6	35	0
Итого			645	37,5	30,1	76,9	728	7
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	173	3,5	2,6	5,2	83	1,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	0,6		33	136	12
2012	469	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	70	6	3,4	35,5	195	0,1
Итого			243	9,5	6	40,7	278	1,3
Ужин								
2012	249	РЫБА, ПОД ОМЛЕТОМ	120	15,1	13,7	7,9	214	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			350	17,5	13,9	30,1	314	0,4
Всего				77,9	66,1	218,1	1800	13,4

Бухгалтер

Сидорова И.Л.

Шеф-повар

Сызганова Н.В.