

Согласовано



Заведующая

МДОУ "Детский сад № 5"

/Антонова Л.В./

МЕНЮ

15 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								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	35	0,7	3,1	2,7	42	2,5
2008	212	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	105	3,8	4,7	24,2	154	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	4,5	15,1	110	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,8	28	0
Итого			325	6,9	12,3	48,8	334	2,5
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								
2008	111	СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150	6,4	7,3	14,8	154	3,8
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	13,4	16,7	12,3	253	17,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8,6	35	0
Итого			490	22,4	24,4	52,7	524	21,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40	3,7	3,9	14,3	108	0
Итого			190	8	7,6	21,3	187	0,8
Ужин								
2012	249	РЫБА, ПОД ОМЛЕТОМ	110	14,1	11,8	6,7	189	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	11,9	82	0,5
Итого			290	19,3	14,4	33,7	342	0,9
Всего				57,4	58,9	171,7	1452	28,6

Бухгалтер _____ Сидорова И.Л.

Шеф-повар _____ Сызганова Н.В.

Согласовано

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 5"

/Антонова Л.В./

МЕНЮ

15 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								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	34	0,7	3,1	2,7	41	2,4
2008	212	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	135	4,9	4,6	30,8	184	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/6	3,1	5,1	20,1	139	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	33	0
Итого			415	8,8	12,8	61,7	397	2,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	111	СУП С ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	7,1	7,8	20,2	185	5,5
2012	343	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	16,8	20	16,7	316	23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
Итого			650	27,2	28,2	67,8	642	28,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40	3,8	3,9	14,3	108	0
Итого			240	9,4	8,8	23,6	213	1
Ужин								
2012	249	РЫБА, ПОД ОМЛЕТОМ	120	15,1	12,7	7,9	205	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	13,6	88	0,5
Итого			360	21,2	15,3	41,6	388	0,9
Всего				67,6	65,3	214,9	1726	36,8

Бухгалтер _____ Сидорова И.Л.

Шеф-повар _____ Сызганова Н.В.