

Утверждаю



МЕНЮ
4 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	189	МОЛОЧНО РИСОВЫЙ СУП	150	4,2	5	20,9	146	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,4	14,7	109	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3	2,6	10,6	78	0,5
Итого			335	9,6	12	46,2	333	1
Обед								
2012	56	СВЕКОЛЬНИК НА КБ СО СМЕТАНОЙ	150	5,1	6,8	9,4	121	4,7
2008	259	ГУЛЯШ	60	11,8	11,4	5,1	170	1,6
2008	212	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,8	4,5	24	151	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			510	23,3	23,1	61,3	547	6,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	149	4,2	3,6	7	78	0,8
2008	453	ВАТРУШКА С СЫРОМ И ЯЙЦОМ	60	7,8	7,2	26	199	0,1
Итого			209	12	10,8	33	277	0,9
Ужин								
2008	225	ТВОРОЖЕННЫЙ ПУДИНГ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	95	17,8	16	13,7	271	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			275	20,2	16,2	34,8	366	0,3
Всего				65,1	62,1	175,3	1523	8,5

Бухгалтер _____ Сидорова И.Л.

Шеф-повар _____ Сызганова Н.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 5"

Антонова Л.В./

МЕНЮ

4 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	189	МОЛОЧНО РИСОВЫЙ СУП	200	4,4	5	24,4	162	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/6	3,2	5,4	19,6	140	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11,6	83	0,5
Итого			446	10,7	13	55,6	385	1
Обед								
2012	56	СВЕКОЛЬНИК НА КБ СО СМЕТАНОЙ	200	5,9	7,2	14,8	150	7,2
2008	259	ГУЛЯШ	70	13,8	14	6,7	208	1,8
2008	212	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,6	30,7	184	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			650	27,9	26,2	80,2	671	9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	5,6	4,9	9,2	104	1
2008	442	СОК (аллергики)	200	0,6		33	136	12
2008	453	ВАТРУШКА С СЫРОМ И ЯЙЦОМ	70	9	7,6	32,6	234	0,1
Итого			269	14,6	12,5	41,8	338	1,1
Ужин								
2008	225	ТВОРОЖЕННЫЙ ПУДИНГ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	115	19,7	16,7	16,3	297	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			345	22,1	16,9	38,5	397	0,3
Всего				75,3	68,6	216,1	1791	11,4

Бухгалтер

Сидорова И.Л.

Шеф-повар

Сызганова Н.В.