

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 5"

/Антонова Л.В./

МЕНЮ

25 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-ГРЕЧНЕВЫЙ СУП	150	5,2	6,4	17,4	148	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,6	14,7	110	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	11	78	0,5
Итого			335	10,5	13,4	43,1	336	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	115	0,5	0,5	11,3	54	11,5
Итого			115	0,5	0,5	11,3	54	11,5
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,4	7	11,3	131	4,1
2012	268	КУРИНОЕ СУФЛЕ	60	13,8	13,1	7,3	201	1,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2	6,2	6	89	17,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,7	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	23,8	26,7	47,3	526	22,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	442	СОК (аллергики)	200	0,6		33	136	12
2008	453	ВАТРУШКА С СЫРОМ И ЯЙЦОМ	60	7,8	7,3	26	202	0,1
Итого			210	12,1	11	33	281	0,9
Ужин								
2008	225	ТВОРОЖЕНАЯ-ЗАПЕКАНКА СО СЛАДКИМ ПОДЛИВОМ	110	18,1	14,7	23,6	301	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,9	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			280	19,7	14,8	39,5	372	0,3
Всего				66,6	66,4	174,2	1569	36,2

Бухгалтер

Сидорова И.Л.

Шеф-повар

Сызганова Н.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 5"

/Антонова Л.В./

МЕНЮ

25 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-ГРЕЧНЕВЫЙ СУП	200	5,8	6,4	20,3	163	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/6	3,2	5,4	19,6	140	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,6	84	0,5
Итого			446	12	14,2	52,5	387	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	115	0,5	0,5	11,3	54	11,5
Итого			115	0,5	0,5	11,3	54	11,5
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	195	6	7,3	16	156	5,8
2012	268	КУРИНОЕ СУФЛЕ	70	15,6	15,7	7,5	232	1,3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	2,6	6	8	100	24,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			655	27,5	29,4	59,5	617	31,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	5,6	4,9	9,3	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	235	0,1
Итого			269	14,6	12,5	41,9	339	1,1
Ужин								
2008	225	ТВОРОЖЕНАЯ-ЗАПЕКАНКА СО СЛАДКИМ ПОДЛИВОМ	120	20,1	16,4	28,5	345	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			340	21,7	16,5	45,5	420	0,3
Всего				76,3	73,1	210,7	1817	45,6

Бухгалтер _____ Сидорова И.Л.

Шеф-повар _____ Сызганова Н.В.