УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ "Детский сад "Планета детства" комбинированного вида"
_____/Н.В. Ворожцова/

МЕНЮ
29 июня 2023 г.
Ясли 12 часов

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Витамин С, мг.
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
1	34	Каша манная молочная	150	4,39	7,46	20,11	166	0,67
2	3	Хлеб с маслом	34	2,3	4,36	14,62	108	0
3.	45	Кофейный напиток	150	3,6	3,6	18,69	119,9	8,7
4.								
ИТОГО			334	10,29	15,42	53,42	393,9	9,37
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1.	-	Яблоки	100	0,3	0	16,5	0,2	0
ИТОГО			100	0,3	0	16,5	0,2	0
ОБЕД								
1.								
2.	42	Суп "Крестьянский" с крупой на м/к бульоне со сметаной	159	3,74	5,34	12,82	110	7,7
3.	166	Картофельно-мясная запеканка с молочном соусом	150	14,02	13,73	9,48	249,23	7,71
4.	40	Компот из сухофруктов	150,00	0,23	0,01	18,28	72,57	0,21
5.	-	Хлеб ржаной	40,00	2,56	0,40	12,96	67,66	0,00
6.								
ИТОГО			499,00	20,55	19,48	53,54	499,46	15,62
ПОЛДНИК								
1.	-	Молоко	150	4,5	3,8	7,,4	82,5	8
2.	-	Гренки с сыром	30	4,5	5,85	44,7	250,2	0
ИТОГО			180	9	9,65	44,7	332,7	8
УЖИН								
1.	30	Салат из зеленый горошком с луком	40	1,18	3,81	2,93	50,25	2,4
2.	61	Омлет	110	14,01	23,84	1,86	207,48	0,26
3.	233	Кисель	150	0,00	0,00	24,00	116,00	0,00
4.	-	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,10	51,62	0,00
ИТОГО			320	16,69	28,23	38,89	425,35	2,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1433	56,83	72,78	207,05	1651,61	35,65

Диетсестра _____ Н.С. Учайкина

Повар _____ Н.Г. Тараканова

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ "Детский сад
"Планета детства" комбинированного вида"
/Н.В. Ворожцова/

МЕНЮ
29 июня 2023 г.
Сад 12 часов

№ п/п	№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал.	Витамин С, мг.
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
1	34	Каша манная молочная	200	5,98	9,95	26,8	221,38	0,90
2	3	Хлеб с маслом	45	2,96	5,61	18,80	138,86	0,00
3.	22	Какао	200	6,20	6,20	25,44	181,18	2,34
4.								
ИТОГО			445	15,14	11,81	44,24	320,04	3,24
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
		Яблоки	100	5,9	8,11	31,29	229,76	0
ИТОГО			100	5,9	8,11	31,29	229,76	0
ОБЕД								
1.								
2.	42	Суп "Крестьянский" с крупой на м/к бульоне со сметаной	211	4,68	6,68	16,03	137,5	9,63
3.	166	Картофельно-мясная запеканка с молочном соусом	200	17,92	17,55	14,56	318,46	9,8
4.	40	Компот из сухофруктов	200	0,31	0,01	24,37	96,76	0,28
5.	-	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21,25	102	0
6.								
ИТОГО			661	26,16	24,74	76,21	654,72	19,71
ПОЛДНИК								
1.		Молоко	150	4,5	3,8	7,4	82,5	0,8
2.	-	Гренки с сыром	40	5,57	6,65	49,40	281,45	0,30
ИТОГО			190	10,065	10,445	56,795	363,9525	1,1
УЖИН								
1.	30	Салат из зеленый горошком с луком	60	1,57	5,08	3,9	67	3,2
2.	61	Омлет	140	16,35	27,81	2,17	242,06	0,30
3.	233	Кисель	200	0,09	0,00	30,00	129,00	0,00
4.	-	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,15	77,43	0,00
ИТОГО			430,00	20,17	33,76	51,22	515,49	3,50
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1826,00	77,43	88,86	259,75	2083,96	27,55

Диетсестра _____ Н.С. Учайкина

Повар _____ Н.Г. Тараканова