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

МЕНЮ
13 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	313	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243	0
2	3	Хлеб с маслом	34	2,3	4,36	14,62	108	0
3.	113	Чай сладкий	150	9,00	2,30	10,00	39,80	4,50
4.								
ИТОГО			334,00	19,89	12,75	63,26	390,80	4,50
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	-	Яблоки	100	0,3	0	16,5	0,2	0
ИТОГО			100	0,3	0	16,5	0,2	0
ОБЕД								
2.	88	Суп гороховый на м/к бульоне со сметаной	159	1,66	1,83	12,1	92,9	3,2
3.	298	Голубцы ленивые в томатном соусе	150	10,61	6,81	15,09	164	15,03
4.	40	Компот из сухофруктов	150	0,23	0,01	18,28	72,57	0,21
5.	-	Хлеб ржаной	40	2,56	0,4	12,96	67,66	0
6.								
ИТОГО			539	15,56	10,35	61,13	421,73	19,74
ПОЛДНИК								
1.	-	Молоко	150	4,5	3,8	7,,4	82,5	8
2.	-	Вафли	30	0,9	1,05	23,25	106,2	0
ИТОГО			180	5,4	4,85	23,25	188,7	8
УЖИН								
1.	10	Вермешель молочная	150	6,58	9,00	26,12	187,04	0,90
2.	113	Чай сладкий	150	9,00	2,30	10,00	39,80	4,50
3.	-	Хлеб пшеничный	30	1,50	0,58	10,10	51,62	0,00
4.								
ИТОГО			330	17,08	11,88	46,22	278,46	5,40
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1483	58,23	39,83	210,36	1279,89	37,64

Диетсестра _____ Н.С. Учайкина

Повар _____ Г.И. Конайкина

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

МЕНЮ
13 анюня 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	313	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,46	8,12	51,52	324	0,00
2	3	Хлеб с маслом	45	2,96	5,61	18,80	138,86	0,00
3.	113	Чай сладкий	200	4,80	4,80	24,92	159,56	5,80
4.								
ИТОГО			445	19,22	10,41	43,72	298,42	5,80
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1.	-	Яблоки	100	5,9	8,11	31,29	229,76	0
ИТОГО			100	5,9	8,11	31,29	229,76	0
ОБЕД								
2.	88	Суп гороховый на м/к бульоне со сметаной	211	1,77	1,95	12,88	148,64	3,44
3.	298	Голубцы ленивые в томатном соусе	200	14,12	9,04	20,26	219	20,03
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			721	20,2	13,45	82,81	603,3	25,7
ПОЛДНИК								
1.	-	Молоко	150	4,5	3,8	7,4	82,5	0,8
2.	-	Вафли	60	1,2	1,4	31	141,6	0
ИТОГО			210	5,70	5,20	38,40	224,10	0,80
УЖИН								
1.	10	Вермешель молочная	200	6,58	9,00	26,12	187,04	0,90
2.	113	Чай сладкий	200	12,00	3,10	14,00	53,06	6,00
3.	-	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,15	77,43	0,00
4.								
ИТОГО			430	20,83	12,97	55,27	317,53	6,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			1906,00	71,85	50,14	251,49	1673,11	39,20

Диетсестра _____ Н.С. Учайкина

Повар _____ Г.И. Конайкина