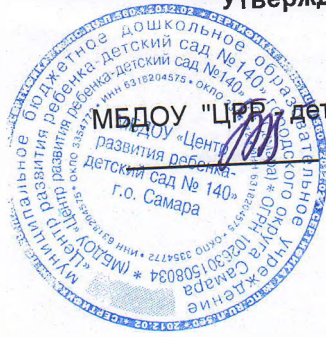


Утверждаю

Заведующий

детский сад №140"
Барсукова Н.И./



МЕНЮ

12 апреля 2021 г.

Ясли 12 часов

124, 43

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	162	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,2	2,7	20,6	120	0
2008	14	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,8	2,4	37	2,2
2012	131	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,2	1,8	13,9	82	0,4
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	20/7	1,5	6,4	10,7	107	0
			357	7,5	13,7	47,6	346	2,6
Итого								
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	115	3,3	2,8	5,4	62	0,6
			115	3,3	2,8	5,4	62	0,6
Итого								
Обед								
2008	10	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	23	0,4		0,8	6	2,3
2008	170	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,7	4,7	10,2	100	5,1
2008	252	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	110/30	11	19	23,8	311	1,6
2008	301	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,1	13,4	63	42,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,1	7,8	37	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,5	84	0
			533	19,4	24,3	73,5	601	51,4
Итого								
Полдник								
2008	402	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	50	6,1	7,4	34	226	0
2008	430	КЕФИР	150	4,4	3,8	6	80	1,1
			200	10,5	11,2	40	306	1,1
Итого								
Ужин								
2008	261	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ТОМАТОМ	200	3,8	5,9	13,9	124	29,2
2008	305	НАПИТОК ИЗ КЛУБНИКИ	180			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,1	10,7	50	0
			400	5,4	6	34,3	213	29,2
Итого								
Всего				46,1	58	200,8	1528	84,9

Медсестра _____

Шапеева О.М.

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "ЦРР - детский сад №140"
Барсукова Н.И./

МЕНЮ

12 апреля 2021 г.

Сад 12 часов

124, 43

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	162	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,9	4,7	30,7	185	0
2008	14	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,7	3,2	49	2,9
2012	131	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,6	2,1	16,8	97	0,4
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,5	15,9	141	0
Итого			398	10,6	18	66,6	472	3,3
II Завтрак								
2008	320	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,5	45	2,1
Итого			100	0,5	0,1	10,5	45	2,1
Обед								
2008	10	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	29	0,5	0,1	1	8	2,9
2008	170	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/14/5	5,5	6,3	13,1	133	6,5
2008	252	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	146/44	13,7	25,1	31,9	409	2,3
2008	301	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	18,7	87	58,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,1	10,3	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,4	0,5	21,7	105	0
Итого			688	25,2	32,3	96,7	791	70,1
Полдник								
2008	402	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	70	6,3	8,1	39,4	255	0,1
2008	430	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	96	1,3
Итого			250	11,5	12,6	46,6	351	1,4
Ужин								
2008	261	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ТОМАТОМ	230	4,2	6,6	14,8	137	31,3
2008	305	НАПИТОК ИЗ КЛУБНИКИ	200			12,2	49	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,1	11	52	0
Итого			450	5,9	6,7	38	238	31,3
Всего				53,7	69,7	258,4	1897	108,2

Медсестра



Шапеева О.М.