Утверждаю

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

МЕНЮ

14 апреля 2021 г.

Ясли 12 часов

стоимость 137,19

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	202	ТВОРОЖНО-ГРУШЕВЫЙ ПУДИНГ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100/30	14,6	10,7	18,6	236	0,6
2008	130	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	13,6	85	0,4
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	20/7	1,5	6,4	10,7	107	0
Итого			**337**	**18,7**	**19,3**	**42,9**	**428**	**1**
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	115	3,3	2,8	5,4	61	0,6
Итого			**115**	**3,3**	**2,8**	**5,4**	**61**	**0,6**
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,6	10	10,6
2008	178	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,2	4,7	8,6	95	4
2012	258	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	30/40	9,7	13,7	3,1	177	0,4
2008	160	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ	110	3,3	4,7	23,8	151	0
2008	302	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,6		13,7	58	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,7	80	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,1	7,8	37	0
Итого			**620**	**22,1**	**23,6**	**75,3**	**608**	**15,2**
Полдник								
2008	403	ПЛЮШКА С САХАРОМ	50	6,1	7,4	35,3	232	0,1
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,5	3,9	6,5	84	0,5
Итого			**200**	**10,6**	**11,3**	**41,8**	**316**	**0,6**
Ужин								
2008	151	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,3	4,2	18	127	0,5
2008	307	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	180	0,1		10,5	43	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			**400**	**5,9**	**4,3**	**38,2**	**216**	**0,9**
Всего				**60,6**	**61,3**	**203,6**	**1629**	**18,3**

Медсестра _____ Шапеева О.М.

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "ЦРР - детский сад №140"

_____ /Барсукова Н.И./

МЕНЮ

14 апреля 2021 г.

Сад 12 часов

стоимость 143,17

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	202	ТВОРОЖНО-ГРУШЕВЫЙ ПУДИНГ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	135/40	19,9	14	25,5	316	1
2008	130	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	16,4	104	0,5
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,4	15,8	139	0
Итого			**413**	**25,5**	**24,1**	**57,7**	**559**	**1,5**
II Завтрак								
2008	320	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,7	45	2,1
Итого			**100**	**0,5**	**0,1**	**10,7**	**45**	**2,1**
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,6	10	10,5
2008	178	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/13/5	5,7	5,3	16,3	138	8,1
2012	258	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	40/40	10,9	15	4,5	200	0,4
2008	160	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ	130	3,7	6,2	26,8	177	0
2008	302	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,5		16,2	67	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,1	10,5	50	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	20,8	100	0
Итого			**798**	**26,2**	**27,1**	**96,7**	**742**	**19,2**
Полдник								
2008	403	ПЛЮШКА С САХАРОМ	70	6,4	8,4	39,4	258	0,1
2008	431	РЯЖЕНКА	180	5,4	4,7	7,8	101	0,6
Итого			**250**	**11,8**	**13,1**	**47,2**	**359**	**0,7**
Ужин								
2008	151	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	250	5,4	4,8	25	165	0,5
2008	307	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	180	0,1		12,7	52	0,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			**450**	**7**	**4,9**	**47,7**	**264**	**1,2**
Всего				**71**	**69,3**	**260**	**1969**	**24,7**

Медсестра _____ Шапеева О.М.