

Утверждаю

Заведующий

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



# МЕНЮ

15 апреля 2021 г.

Ясли 12 часов

*сборника 131, 26*

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	155	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,2	3,7	13,3	100	0,4
2012	131	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,2	1,8	13,8	80	0,4
2008	2	БАТОН С МАСЛОМ, СЫРОМ	207/9	3,6	9,3	10,1	139	0
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>9</b>	<b>14,8</b>	<b>37,2</b>	<b>319</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	420	СНЕЖОК	100					0
<b>Итого</b>			<b>100</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	10	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,4	0,1	0,9	7	2,6
2008	179	ЩИ НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8/5	4	4,7	8,5	97	8,1
2012	232	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	120	14,5	9,6	3,5	159	0,8
2008	301	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	13,8	65	44,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,3	0,1	8,3	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>514</b>	<b>23,2</b>	<b>15,1</b>	<b>52</b>	<b>449</b>	<b>55,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008		СУШКИ	30	3,3	0,4	21	101	0
2008	110	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,9	4,2	8	90	0,9
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,2</b>	<b>4,6</b>	<b>29</b>	<b>191</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2008	273	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ОВОЩАМИ	200	2,4	4,8	19	130	9,3
2008	305	НАПИТОК ИЗ КЛУБНИКИ	180			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>3,9</b>	<b>4,9</b>	<b>38,4</b>	<b>215</b>	<b>9,3</b>
<b>Всего</b>				<b>44,3</b>	<b>39,4</b>	<b>156,6</b>	<b>1174</b>	<b>66,9</b>

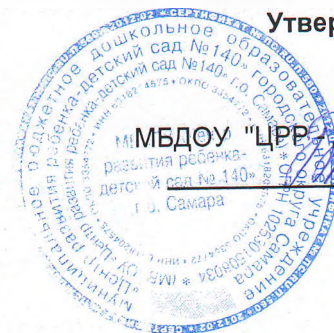
Медсестра \_\_\_\_\_

Шапева О.М.

Утверждаю

Заведующий

/Барсукова Н.И./



# МЕНЮ

15 апреля 2021 г.

Сад 12 часов

*сметы 137,56*

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	155	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,9	4,4	22	147	0,6
2012	131	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,5	2	16,2	93	0,4
2008	2	БАТОН С МАСЛОМ, СЫРОМ	30/8/15	5,3	11,3	14,5	182	0
<b>Итого</b>			<b>453</b>	<b>12,7</b>	<b>17,7</b>	<b>52,7</b>	<b>422</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	420	СНЕЖОК	100					0
<b>Итого</b>			<b>100</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	10	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,4	0,1	0,9	7	2,5
2008	179	ЩИ НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10/7	5,1	5,3	11	117	11,8
2012	232	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	155	17,7	10,5	4,9	186	1,2
2008	301	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	18,2	86	58,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,1	10,5	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,7	100	0
<b>Итого</b>			<b>648</b>	<b>28,5</b>	<b>16,6</b>	<b>66,2</b>	<b>545</b>	<b>74,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008		СУШКИ	50	5,4	0,6	34,2	165	0
2008	110	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,5	4,8	9,2	103	1
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>10,9</b>	<b>5,4</b>	<b>43,4</b>	<b>268</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	273	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ОВОЩАМИ	230	2,6	5	20,5	139	10,2
2008	305	НАПИТОК ИЗ КЛУБНИКИ	200			11,6	47	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,8	46	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>4,1</b>	<b>5,1</b>	<b>41,9</b>	<b>232</b>	<b>10,2</b>
<b>Всего</b>				<b>56,2</b>	<b>44,8</b>	<b>204,2</b>	<b>1467</b>	<b>86,4</b>

Медсестра \_\_\_\_\_

Шапеева О.М.