

Утверждаю

Заведующий

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



# МЕНЮ

16 апреля 2021 г.

Ясли 12 часов

134,12

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	203	ТВОРОЖНО - МОРКОВНЫЙ ПУДИНГ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100/30	15	11	17,9	234	0,5
2012	310	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	180/4	0,1		10	42	0,8
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	20/7	1,5	6,5	10,6	107	0
<b>Итого</b>			<b>341</b>	<b>16,6</b>	<b>17,5</b>	<b>38,5</b>	<b>383</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,4	0,4	8,8	42	9
<b>Итого</b>			<b>90</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>8,8</b>	<b>42</b>	<b>9</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	4,1
2008	180	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/7/5	4,3	4,4	13,8	115	3,3
2008	259	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРАМИ	125/35	11,1	16,8	8,8	234	19,2
2008	303	КИСЕЛЬ	150			14,5	58	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,1	7,8	37	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,2	83	0
<b>Итого</b>			<b>567</b>	<b>19,6</b>	<b>21,7</b>	<b>63,1</b>	<b>533</b>	<b>26,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПРЯНИКИ	18	1,1	0,9	13,6	66	0
2008	432	БИФИДОК	175	6	4,4	9,6	107	1,2
<b>Итого</b>			<b>193</b>	<b>7,1</b>	<b>5,3</b>	<b>23,2</b>	<b>173</b>	<b>1,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	156	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,6	3,9	18,8	124	0,5
2008	306	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	180			10	41	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,1	9,2	44	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	<b>209</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>48,7</b>	<b>48,9</b>	<b>171,6</b>	<b>1340</b>	<b>39,1</b>

Медсестра

Шапеева О.М.



Заведующий

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

# МЕНЮ

16 апреля 2021 г.

Сад 12 часов

*сметана 137,42*

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	203	ТВОРОЖНО - МОРКОВНЫЙ ПУДИНГ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	140/40	21,1	14,4	20,8	308	0,9
2012	310	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200/6	0,4		10,9	46	1
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	30/8	2,4	7,7	16,8	147	0
<b>Итого</b>			<b>424</b>	<b>23,9</b>	<b>22,1</b>	<b>48,5</b>	<b>501</b>	<b>1,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,4	0,4	9,3	44	9,4
<b>Итого</b>			<b>90</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,3</b>	<b>44</b>	<b>9,4</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1,1	6	4,2
2012	180	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10/4	5,9	5,4	18,3	149	5,4
2008	259	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРАМИ	160/40	14,5	19,6	13,6	289	32,2
2008	303	КИСЕЛЬ	180			18,3	73	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,1	10,7	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,5	0,5	22,6	109	0
<b>Итого</b>			<b>754</b>	<b>25,8</b>	<b>25,6</b>	<b>84,6</b>	<b>677</b>	<b>41,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПРЯНИКИ	50	3,1	2,5	39,5	193	0
2008	432	БИФИДОК	190	6,5	4,9	10,6	117	0,6
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>9,6</b>	<b>7,4</b>	<b>50,1</b>	<b>310</b>	<b>0,6</b>
<b>Ужин</b>								
2012	156	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	250	4,9	4,7	26,8	171	0,6
2008	306	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	180	0,1		10,9	46	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>6,5</b>	<b>4,8</b>	<b>47,7</b>	<b>264</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>66,2</b>	<b>60,3</b>	<b>240,2</b>	<b>1796</b>	<b>55,3</b>

Медсестра \_\_\_\_\_

Шапеева О.М.