

Утверждаю

Заведующий  
детский сад №140"  
Барсукова Н.И./



# МЕНЮ

22 апреля 2021 г.

Ясли 12 часов

Ст-б: 10,00р.

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	152	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,1	3,1	14	96	0,3
2012	131	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,1	1,6	10	64	0,4
2008	2	БАТОН С МАСЛОМ, СЫРОМ	20/7/10	3,5	8,4	9,3	128	0
<b>Итого</b>			<b>367</b>	<b>8,7</b>	<b>13,1</b>	<b>33,3</b>	<b>288</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	420	СНЕЖОК	100					0
<b>Итого</b>			<b>100</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,5	0,1	1,6	10	10,3
2008	178	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,7	4,3	7,1	85	3,6
2008	231	БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ	60	12,2	7,5	7,9	148	0,4
2012	273	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,9	3,4	13,9	95	6,8
2008	301	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	11,4	52	31,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,7	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,4	0,3	15,5	75	0
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>22</b>	<b>15,8</b>	<b>64,1</b>	<b>497</b>	<b>52,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008		СУШКИ	30	3	0,4	18,8	91	0
2008	110	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,4	3,8	7,2	81	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>7,4</b>	<b>4,2</b>	<b>26</b>	<b>172</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	271	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ТОМАТОМ	200	3,3	6	11,4	116	25,9
2008	305	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,1		6,5	27	4,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,1	8,1	38	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>4,7</b>	<b>6,1</b>	<b>26</b>	<b>181</b>	<b>30</b>
<b>Всего</b>				<b>42,8</b>	<b>39,2</b>	<b>149,4</b>	<b>1138</b>	<b>84,2</b>

Медсестра

Шапеева О.М.



Утверждаю

Заведующий  
Барсукова Н.И./



# МЕНЮ

22 апреля 2021 г.

Сад 12 часов

Ст-в: 133,00 р

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	152	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,4	4,5	23,4	157	0,6
2012	131	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,6	2	13,7	84	0,4
2008	2	БАТОН С МАСЛОМ, СЫРОМ	30/8/15	5,7	12,1	15,4	194	0
<b>Итого</b>			<b>433</b>	<b>13,7</b>	<b>18,6</b>	<b>52,5</b>	<b>435</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		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	70	0,5	0,1	1,7	11	11,4
2008	178	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/13/5	5,7	5,6	15,4	137	7,7
2008	231	БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ	80	18,9	10	12,6	215	0,9
2012	273	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,7	5,1	18,7	133	9,1
2008	320	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,4	87	4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,8	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,4	0,5	21,7	105	0
<b>Итого</b>			<b>738</b>	<b>33,7</b>	<b>21,6</b>	<b>100,3</b>	<b>734</b>	<b>33,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008		СУШКИ	50	5,5	0,7	34,5	166	0
2008	110	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,7	4,9	9,4	106	1
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>11,2</b>	<b>5,6</b>	<b>43,9</b>	<b>272</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	271	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ТОМАТОМ	230	4,4	6,6	15,5	140	33,9
2008	305	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,1	0,1	9,7	41	11,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,1	9,5	45	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>5,9</b>	<b>6,8</b>	<b>34,7</b>	<b>226</b>	<b>45,6</b>
<b>Всего</b>				<b>64,5</b>	<b>52,6</b>	<b>231,4</b>	<b>1667</b>	<b>80,7</b>

Медсестра \_\_\_\_\_

Шапеева О.М.