



Утверждаю

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

МЕНЮ

23 апреля 2021 г.

Ясли 12 часов

Ст. б. 94,00 р

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	200	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МУЧНОЙ КРОШКОЙ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	110/30	18	13	23	286	0,3
2012	310	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	180/4	0,2		8,9	38	0,8
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	20/7	1,5	6,4	10,7	107	0
Итого			351	19,7	19,4	42,6	431	1,1
II Завтрак								
2008		ФРУКТОВАЯ НАРЕЗКА	110	0,5	0,3	11,6	53	5,6
Итого			110	0,5	0,3	11,6	53	5,6
Обед								
2008	10	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,4	0,1	0,9	7	2,5
2008	177	СУП С ГОРОШКОМ ЗЕЛЕНЫМ НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10/4	4,3	4,9	7,5	94	3,7
2012	251	СУФЛЕ ИЗ КУР	130	16,8	23,7	7,9	312	1,3
2008	303	КИСЕЛЬ	150			13,8	56	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,9	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			524	25,1	29,2	54	584	7,5
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	18	1,1	0,9	13,7	67	0
2008	432	БИФИДОК	185	6	4,4	9,6	107	1,2
Итого			203	7,1	5,3	23,3	174	1,2
Ужин								
2012	156	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С КУРАГОЙ	200	5	4,4	26,4	165	0,8
2008	306	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	180			8,3	34	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			400	6,5	4,5	44,4	245	1,2
Всего				58,9	58,7	175,9	1487	16,6

Медсестра _____

Шапеева О.М.

Утверждаю



Заведующий

МБДОУ "ЦРР" Детский сад №140"

/Барсукова Н.И./

МЕНЮ

23 апреля 2021 г.

Сад 12 часов

Ст-в: 104,00р

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	200	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МУЧНОЙ КРОШКОЙ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	130/40	24,1	17,9	32,7	398	0,3
2012	310	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200/6	0,3		10,2	43	1
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,6	15,8	141	0
Итого			414	26,7	25,5	58,7	582	1,3
II Завтрак								
2008		ФРУКТОВАЯ НАРЕЗКА	110	0,4	0,3	11,6	53	5,6
Итого			110	0,4	0,3	11,6	53	5,6
Обед								
2008	10	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,5	0,1	1	8	3
2008	177	СУП С ГОРОШКОМ ЗЕЛЕНЫМ НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/12/6	5,6	5,7	10,8	120	5,2
2012	251	СУФЛЕ ИЗ КУР	155	18,8	24,2	12,4	344	1,6
2008	303	КИСЕЛЬ	180			19,6	78	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,1	9,2	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,1	102	0
Итого			633	29,6	30,5	74,1	695	9,8
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	52	3,1	2,5	39,7	194	0
2008	432	БИФИДОК	200	6,6	4,9	10,7	118	0,6
Итого			252	9,7	7,4	50,4	312	0,6
Ужин								
2012	156	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С КУРАГОЙ	230	5,5	4,5	33,1	197	0,8
2008	306	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,1		10,2	43	0,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			450	7,1	4,6	53	286	1,7
Всего				73,5	68,3	247,8	1928	19

Медсестра _____

Шапеева О.М.