

Утверждаю

Заведующий

детский сад №140"
/Барсукова Н.И./



МЕНЮ
26 апреля 2021 г.

Ясли 12 часов

Ст. в. 94,00р

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	162	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,8	2,8	24,2	137	0
2008	14	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,7	3,2	49	2,9
2012	131	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,3	1,8	11,2	72	0,4
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	20/7	1,5	6,4	10,7	107	0
Итого			357	8,4	14,7	49,3	365	3,3
II Завтрак								
2012	420	СНЕЖОК	100					0
Итого			100					0
Обед								
2008	10	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,4	0,1	0,9	7	2,5
2008	170	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10/4	3,8	4,8	10,2	101	5,1
2008	252	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	110/40	11,4	19,5	23,2	314	1,1
2008	301	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	12,7	58	35,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,1	8,2	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			544	19,7	25	72,2	601	44
Полдник								
2008	402	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	50	5,9	7,1	34,4	224	0
2008	110	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7,1	80	0,8
Итого			200	10,2	10,8	41,5	304	0,8
Ужин								
2008	271	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ТОМАТОМ	200	3,8	7,6	13,9	140	29,4
2008	305	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,1		7,3	31	5,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
Итого			400	5,4	7,7	30,9	217	35,3
Всего				43,7	58,2	193,9	1487	83,4

Медсестра

Шапеева О.М.

Утверждаю

и/о
Заведующий
МБДОУ "Центр развития ребенка - детский сад №140"
Барсукова Н.И./



МЕНЮ

26 апреля 2021 г.

Сад 12 часов

103,00 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	162	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,8	4,6	30,7	184	0
2008	14	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	61	3,6
2012	131	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,6	2	14	86	0,4
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ	30/8	2,3	7,5	15,8	140	0
Итого			408	10,7	18,6	64,4	471	4
II Завтрак								
2012	420	СНЕЖОК	100					0
Итого			100					0
Обед								
2008	10	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,5	0,1	1	8	3
2012	170	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/15/6	5,6	6,5	13,1	136	6,5
2012	252	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	145/40	14,2	25,7	31,9	416	2,3
2008	320	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,4	87	4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,1	10,9	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,1	102	0
Итого			686	26,3	33	98,4	800	15,8
Полдник								
2008	402	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	70	6,3	8,6	37,7	253	0,1
2008	110	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	4,5	8,5	96	1
Итого			250	11,4	13,1	46,2	349	1,1
Ужин								
2008	271	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ТОМАТОМ	230	4,5	6,8	15,9	144	34,3
2008	305	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,2	0,1	10	42	12,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			450	6,2	7	35,9	233	46,5
Всего				54,6	71,7	244,9	1853	67,4

Медсестра _____

Шапеева О.М.