

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "ЦРР - детский сад №140"

Барсукова Н.И./



МЕНЮ

29 апреля 2021 г.

Ясли 12 часов

Ст-в. 116,00р

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		
Завтрак								
2008	155	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,2	3,5	13,7	100	0,4
2012	131	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,3	1,8	11,2	71	0,4
2008	2	БАТОН С МАСЛОМ, СЫРОМ	20/7/10	3,6	9,1	10,4	138	0
Итого			367	9,1	14,4	35,3	309	0,8
II Завтрак								
2012	420	СНЕЖОК	100					0
Итого			100					0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		0,9	5	3,6
2008	176	БОРЩ НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,7	5	8,1	98	7,6
2012	232	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	120	15,9	11,2	3,5	179	0,9
2008	320	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,4	79	3,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,1	7,7	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			560	25,8	16,9	56,4	483	15,8
Полдник								
2008	403	ПЛЮШКА С САХАРОМ	50	4,7	7,4	27,9	196	0
2008	110	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7,1	79	0,8
Итого			200	9	11,1	35	275	0,8
Ужин								
2012	270	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МОЛОКОМ	200	4,3	3,5	24,1	146	11,1
2008	305	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,1		7,1	29	4,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			400	5,9	3,6	41,2	222	15,9
Всего				49,8	46	167,9	1289	33,3

Медсестра _____

Петропавлова М.В.



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ ЦРР детский сад №140"

Барсукова Н.И./

МЕНЮ

29 апреля 2021 г.

Сад 12 часов

Ст-в. 124,00 р

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	155	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,7	4,5	18,5	133	0,6
2012	131	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,6	2	13,8	85	0,4
2008	2	БАТОН С МАСЛОМ, СЫРОМ	30/8/15	5,3	11,5	15,3	186	0
Итого			433	12,6	18	47,6	404	1
II Завтрак								
2012	420	СНЕЖОК	100					0
Итого			100					0
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,4	0,1	1,3	8	5,4
2012	176	БОРЩ НА МЯСО/КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/16/7	6	8,3	12,6	154	11,3
2012	232	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	20,6	12,8	9,9	238	1,3
2008	320	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,5	87	4,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,5	0,5	22,4	108	0
Итого			683	33	22	76,7	642	22,1
Полдник								
2008	403	ПЛЮШКА С САХАРОМ	70	6,5	8,3	38,2	253	0,1
2008	110	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	4,4	8,4	95	1
Итого			250	11,6	12,7	46,6	348	1,1
Ужин								
2012	270	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МОЛОКОМ	230	4,7	3,5	28	163	13,3
2008	305	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,2	0,1	9,9	42	13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			450	6,4	3,7	47,9	252	26,3
Всего				63,6	56,4	218,8	1646	50,5

Медсестра _____

Петропавлова М.В.