

Утверждаю

Заведующий
 Детский сад № 62
 /Уварова В.Б./

МЕНЮ
 2 августа 2022 г.
 Ясли 10,5 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,5	4,3	15,8	117	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,7	16,2	104	0,5
Итого			358	8,5	11,3	41,8	306	0,9
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	5,1	12,6	115	11,5
2016	328	СУФЛЕ МЯСНОЕ С РИСОМ	150/5	21,5	27,4	14,1	390	1,1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			535	27,4	32,8	45,2	589	12,6
Полдник								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	150	18,4	14,6	19,6	286	0,3
2016	413	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,5	2,1	9,9	70	0,4
2002	11	СОУС ИЗ КИСЕЛЯ	50	0,1	0,1	27,9	113	1
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	25	2,1	0,2	24,6	109	0
Итого			375	23,1	17	82	578	1,7
Всего				59	61,1	169	1473	15,2

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./



МЕНЮ

2 августа 2022 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/3	5,9	8	26,7	203	1,29
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	12,7	89	0,5
Итого			439	10,5	20,8	48,4	424	1,79
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	5,1	12,6	115	11,5
2016	328	СУФЛЕ МЯСНОЕ С РИСОМ	160/5	23,3	29,7	16,4	427	1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,4	0,3	15,6	75	0
Итого			602	29,6	35,1	52,4	648	12,5
Полдник								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	150	22,6	18	20,7	338	0,4
2002	11	СОУС ИЗ КИСЕЛЯ	50	0,1	0,1	27,9	113	1
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	43	3,7	0,4	42	186	0
Итого			443	26,4	18,5	98,5	668	1,4
Всего				66,5	74,4	199,3	1740	15,69

Медицинская сестра _____

Волкова А.И.