Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	3,6	4,3	13,3	105	0,3
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,3		7,3	30	0
Итого			**358**	**5,5**	**8,6**	**30,4**	**220**	**0,3**
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,2	5,4	9,9	104	9
2016	294	БЕФСТРОГАНОВ	40/20	17,3	18,5	2,8	246	1,4
2016	340	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,6	2,4	19,5	109	9,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			**506**	**25,1**	**26,6**	**50,7**	**543**	**20**
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	18	11,4	13,8	231	0,3
2002	60	КИСЕЛЬ	50			5,7	22	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			**380**	**20,6**	**11,7**	**54,9**	**408**	**0,3**
Всего				**51,2**	**46,9**	**136**	**1171**	**20,6**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И,

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	4,5	4,8	17,4	131	0,3
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		8,4	35	0
Итого			**439**	**6,1**	**14,9**	**34,8**	**298**	**0,3**
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	4,8	12,6	113	11,6
2016	294	БЕФСТРОГАНОВ	50/25	17,9	21,4	4,4	281	1,5
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,4	4,4	18,1	122	8,9
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	36	2,4	0,3	15,3	74	0
Итого			**641**	**26,6**	**30,9**	**58,2**	**621**	**22**
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	20,9	13,6	14,2	266	0,3
2002	60	КИСЕЛЬ	60			8,4	34	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,5	175	0
Итого			**450**	**24,3**	**13,9**	**70**	**506**	**0,3**
Всего				**57**	**59,7**	**163**	**1425**	**22,6**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И,