

Утверждаю

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



МЕНЮ
 26 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								
2016	182	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	170	5,8	6,2	25,3	182	0,7
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
Итого			345	7,6	10,6	46,8	314	0,7
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	2,5	1,7	19,2	103	3
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	8	9	4,9	132	0,4
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,5	2,8	22,6	130	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			480	16	13,8	65,2	449	3,4
Полдник								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,5	4,3	15,8	117	0,4
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			333	6,1	4,6	51,2	272	0,4
Всего				29,7	29	163,2	1035	4,5

Медицинская сестра

Волкова А.И.

МЕНЮ

26 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								
2016	182	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	185	6,4	7	29,7	209	0,7
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			5,9	24	0
Итого			421	7,7	17,1	44,6	365	0,7
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	3,3	2,3	25,3	135	3,6
2002	18	КУРА ОТВАРНАЯ ПОРЦИОННАЯ	75	21	21,1		274	0,8
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	7,9	30,7	214	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	36	2,4	0,3	15,2	73	0
Итого			641	31,6	31,6	79	727	4,4
Полдник								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/3	5,9	8	26,7	203	1,29
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			443	9,3	8,3	72,9	405	1,29
Всего				48,6	57	196,5	1497	6,39

Медицинская сестра

Волкова А.И.