

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./



МЕНЮ

6 сентября 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	4	4,7	14,3	116	0,4
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	5,9	9	31,4	231	0,4
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,2	5,6	9,6	104	8,8
2016	294	БЕФСТРОГАНОВ	40/20	17,6	16,2	2,7	227	0,6
2016	340	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,7	2,4	19,7	112	9,7
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			506	25,5	24,5	50,5	527	19,1
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	18,3	11,6	14,2	237	0,4
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	20,9	11,9	55,3	414	0,4
Всего				52,3	45,4	137,2	1172	19,9

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.

Утверждаю

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



МЕНЮ
 6 сентября 2022 г.
 Сад 10,5 часов

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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	8,8	9,2	34,7	257	1,29
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	10,4	19,3	52,1	424	1,29
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,8	5,1	12,2	114	11,4
2016	294	БЕФСТРОГАНОВ	40/25	15,3	16,6	4,3	228	0,7
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	18,6	127	9
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	39	2,6	0,3	16,5	79	0
Итого			634	24,4	26,6	59,4	579	21,1
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	140	19,7	13,1	14,4	258	0,4
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	39	3,4	0,3	38,6	171	0
Итого			439	23,1	13,4	69,3	494	0,4
Всего				57,9	59,3	180,8	1497	22,79

Медицинская сестра

Волкова А.И.