

Утверждаю

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



МЕНЮ
 9 сентября 2022 г.
 Ясли 10,5 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2016	182	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	170	3,7	4,4	21,7	141	0,3
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	5,5	8,8	43,2	273	0,3
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	3,3	2,6	18,2	110	2,9
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,6	8,6	4,9	128	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	16,4	14,3	64,2	452	3,3
Полдник								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3	3,9	14,8	105	0,3
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	5,6	4,2	50,2	260	0,3
Всего				27,5	27,3	157,6	985	3,9

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утвержден

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



МЕНЮ
9 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								
2016	182	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	205	4	5	25,7	164	0,3
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			441	5,3	15,1	40,6	320	0,3
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	3,9	3	23	133	3,6
2002	18	КУРА ОТВАРНАЯ ПОРЦИОННАЯ	70	19,9	20,1	0,1	260	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	37	2,4	0,3	15,6	75	0
Итого			637	31,1	31,3	77,2	713	4,4
Полдник								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/3	3,4	4	18,8	124	0,3
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	6,8	4,3	65	326	0,3
Всего				43,2	50,7	182,8	1359	5

Медицинская сестра

Волкова А.И.