

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Луварова В.Б./



МЕНЮ

13 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								
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	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,2		8,1	33	0
Итого			338	5,3	8,6	33,7	235	0,4
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
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	25	1,7	2	13,5	80	0,1
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	25	2,1	0,2	24,6	109	0
Итого			350	22,2	16,8	63,5	498	0,4
Всего				54,9	58,2	142,4	1322	13,4

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Гуварова В.Б./

МЕНЮ
13 сентября 2022 г.
Сад 10,5 часов



Сборник рецептов	№ 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
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		8,4	35	0
Итого			439	7,5	18,1	44,1	370	1,29
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	5,2	12,6	117	11,5
2016	328	СУФЛЕ МЯСНОЕ С РИСОМ	200/5	24,6	30,8	18,8	452	1,3
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,7	0,4	17	82	0
Итого			645	31,2	36,4	56,2	682	12,8
Полдник								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	145	21,6	17,5	20,5	329	0,4
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	35	2,4	2,9	18,9	112	0,2
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	41	3,5	0,4	40,5	179	0
Итого			421	27,5	20,8	87,8	651	0,6
Всего				66,2	75,3	188,1	1703	14,69

Медицинская сестра

Волкова А.И.