

Утверждаю



заведующий
МБДОУ д/с № 39
Боброва О. В./

МЕНЮ

25 мая 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2014	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	140	3,3	4,6	14,7	114	0
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	0,9	3,1	6,2	57	0
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,8	1,5	9,6	60	0,3
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,8	3,5	3	47	2,8
Итого			400	6,8	12,7	33,5	278	3,1
II Завтрак								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,4	44	2,1
Итого			100	0,5	0,1	10,4	44	2,1
Обед								
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	200	3,5	5,1	10,3	104	10,1
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	80	8,4	4,2	15,7	140	10,6
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30/30	3,7	0,4	24	114	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	13,7	59	2,1
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	80	1,1	2,4	5,7	51	2,6
Итого			600	16,9	12,3	69,4	468	25,4
Полдник								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	120	2,6	3,2	9,2	76	0,4
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	110			4,2	17	0
		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,7	82	0
Итого			250	4,1	5,1	28,1	175	0,4
Всего				28,3	30,2	141,4	965	31

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.

Утверждаю



заведующий
МБДОУ д/с № 39
/Боброва О. В./

МЕНЮ

25 мая 2022 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2014	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	110	4,3	7,1	16,6	149	0
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	2,1	4,9	13,6	107	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	1	4,8	4,2	65	3,8
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,7	2,2	13,5	85	0,5
Итого			350	10,1	19	47,9	406	4,3
II Завтрак								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,4	44	2,1
Итого			100	0,5	0,1	10,4	44	2,1
Обед								
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	150	2,7	3,6	7,7	76	7,6
2002	17	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	80	9,3	7,9	10,3	158	10,8
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,4	0,3	15,9	76	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	120	0,1	0,1	13	55	1,4
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	60	0,9	1,8	5,1	42	2,3
Итого			450	15,4	13,7	52	407	22,1
Полдник								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	80	1,7	2,5	5,8	53	0,3
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	120	0,1		4,4	18	0
Итого			200	1,8	2,5	10,2	71	0,3
Всего				27,8	35,3	120,5	928	28,8

завхоз Жукова Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.