

Утверждаю



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

МЕНЮ
16 июня 2022 г.
Сад 10 часов

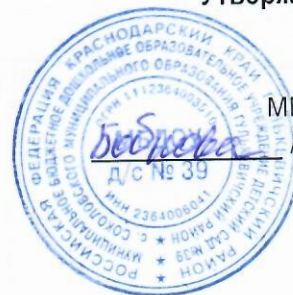
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2013	172	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	180	4,9	6,3	24,9	176	0,5
2013	10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1,1	3,6	7,5	68	0
2013	180	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,1	11,4	76	0,5
2013	78	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,2	0,2	7,9	38	0
Итого			400	9,8	12,2	51,7	358	1
II Завтрак								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	70	0,4	0,1	8	34	1,6
		ПЕЧЕНЬЕ	30					0
Итого			100	0,4	0,1	8	34	1,6
Обед								
2014	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	170	4	4,4	23,6	150	3,2
2014	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	160	17,5	19	18,2	317	7,6
2014	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	1,4	2,6	6,8	57	4,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,6	0,3	17,2	82	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	14,2	61	2,2
Итого			600	25,7	26,5	80	667	17,5
Полдник								
2014	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	7,1	3,9	2,4	46	1,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,6	0,1	3,9	19	0
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,4	2	12	76	0,4
Итого			250	10,1	6	18,3	141	1,5
Всего				46	44,8	158	1200	21,6

завхоз Ткачева Е.А. Ткачева Е.А.

повар Жукова А.В. Жукова А.В.

Утверждаю

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



МЕНЮ

16 июня 2022 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2013	172	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,1	5,4	20,8	149	0,4
2013	10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/15	2	6,7	13	120	0
2013	180	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	150	2,1	1,8	9,1	62	0,4
Итого			350	8,2	13,9	42,9	331	0,8
II Завтрак								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	11,4	49	2,3
Итого			100	0,6	0,1	11,4	49	2,3
Обед								
2014	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	140	3,3	3,9	19,6	126	2,6
2014	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	140	15,1	16,8	15,6	278	6,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,6	0,3	17,2	82	0
2014	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,9	1,4	4,8	36	2,8
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	100	0,1	0,1	11,9	50	1,2
Итого			450	22	22,5	69,1	572	13,3
Полдник								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50	5,2	3,1	1,8	36	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,6	0,1	3,9	19	0
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	140	1,9	1,7	8,8	59	0,4
Итого			200	7,7	4,9	14,5	114	1,2
Всего				38,5	41,4	137,9	1066	17,6

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.