



Утверждаю

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

МЕНЮ

29 апреля 2022 г.

Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008		ПУДИНГ ПШЕННЫЙ	160	3,1	2,7	18,2	113	0
2014	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	1,6	0,3	10,5	52	0
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		1,5	6	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	11,9	57	0
Итого			400	6,7	3,2	42,1	228	0
II Завтрак								
2014	368	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	50	0,2	0,2	4,7	23	4,8
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	50					0
Итого			100	0,2	0,2	4,7	23	4,8
Обед								
2002	8	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	3,4	9,8	9,8	143	9,1
2014	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	10,4	9,5	23,9	222	1,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,8	0,3	18,7	89	0
2013	177	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			12,9	51	0
2013		ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	50					0
Итого			600	16,6	19,6	65,3	505	10,2
Полдник								
2012	229	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	90	14,6	6,5	24,1	216	0,1
2014	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	2	1,7	3,4	38	0,4
Итого			250	16,6	8,2	27,5	254	0,5
Всего				40,1	31,2	139,6	1010	15,5

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.



МЕНЮ

29 апреля 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								
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,3	14,9	72	0
2008		ПУДИНГ ПШЕННЫЙ	160	3,3	4	18,2	126	0
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	150			3,6	15	0
Итого			350	5,6	4,3	36,7	213	0
II Завтрак								
2014	368	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,4	45	9,6
Итого			100	0,4	0,4	9,4	45	9,6
Обед								
2002	8	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	120	1,4	5,7	6	85	5,9
2014	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	110	6,8	6	17,7	153	1,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,1	0,3	13,1	63	0
2013	177	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			10,6	42	0
2013	69	ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	30					0
Итого			450	10,3	12	47,4	343	7
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	80	9,6	6,3	17	165	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	120	0,5	0,4	0,8	9	0,23
Итого			200	10,1	6,7	17,8	174	0,33
Всего				26,4	23,4	111,3	775	16,93

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.