

Утверждаю

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



МЕНЮ

17 мая 2022 г.

Ясли 10 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								
			20/10	1,9	5,5	12,6	107	0
2013	10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	150	2,1	1,7	10,3	66	0,4
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	4	8,1	17,2	159	0,6
2013	175	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	350	8	15,3	40,1	332	1
Итого								
II Завтрак								
			100	2,6	2,3	3,8	49	0,3
2014	399	РЯЖЕНКА	100	2,6	2,3	3,8	49	0,3
Итого								
Обед								
			150	4	3,9	10,8	95	3,2
2013	226	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	65	10,5	8,5	7,6	149	0,3
2013	89	ТЕФТЕЛИ МЯСО-КРУПЯНЫЕ	120	4,2	2,9	21,3	130	17,5
2013	211	ОВОЩНОЕ РАГУ	20	1,6	0,1	10,8	51	0
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,2	8,8	42	0
2013	78	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	75	0,1	0,1	8,3	35	0,9
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	450	21,8	15,7	67,6	502	21,9
Итого								
Полдник								
			80	9,6	6,5	3,9	86	1,7
2014	259	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЕННЫЕ	40	0,8	1,4	6,6	42	3,4
2014	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	10	0,7	0,1	4,5	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	0,5	0,4	3,6	20	0,1
2013	180	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200	11,6	8,4	18,6	170	5,2
Итого								
Всего								
				44	41,7	130,1	1053	28,4

завхоз Ткачева Е.А. Ткачева Е.А.

повар Жукова А.В. Жукова А.В.

Утверждаю

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



МЕНЮ

17 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								
			180	2,7	2,3	10,8	76	0,5
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	9,4	15,6	165	0,7
2013	175	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	30	3,1	4,4	12,3	101	0
2014	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	10	0,7	0,1	4,5	22	0
2013	78	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	400	10,8	16,2	43,2	364	1,2
Итого								
II Завтрак								
			100	2,6	2,3	3,8	49	0,3
2014	399	РЯЖЕНКА	100	2,6	2,3	3,8	49	0,3
Итого								
Обед								
			170	4,9	5,6	13	121	3,9
2013	226	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	70	13	10,5	9,9	186	0,3
2013	89	ТЕФТЕЛИ МЯСО-КРУПЯНЫЕ	120	4,2	3,2	21,3	132	17,5
2013	211	ОВОЩНОЕ РАГУ	30	2,5	0,2	16,2	76	0
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	13,1	63	0
2013	78	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,2	0,2	14,3	62	2,2
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	600	26,8	20	87,8	640	23,9
Итого								
Полдник								
			50	5,8	3,9	2,3	52	1
2014	259	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЕННЫЕ	55	0,7	1,6	5,2	38	2,6
2014	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	10	0,7	0,1	4,5	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	140	1,1	0,9	7,1	40	0,2
2013	180	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	255	8,3	6,5	19,1	152	3,8
Итого								
Всего								
				48,5	45	153,9	1205	29,2

завхоз Жукова Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.