



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

МЕНЮ

2 марта 2022 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2014	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	110	4,8	7,2	16,2	150	0
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	2,2	5,4	14,5	115	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,7	3,5	3	47	2,7
2014	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	1,9	1,6	8,8	58	0,3
Итого			350	9,6	17,7	42,5	370	3
II Завтрак								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,3	0,1	6,3	27	1,3
Итого			100	0,3	0,1	6,3	27	1,3
Обед								
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,7	0,5	24,4	117	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	120	0,1	0,1	12,4	51	0,6
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	150	2,9	4	8,8	83	8,1
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	60	1,2	1,7	6,4	47	3
2002	17	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	80	12,3	8,4	10,9	181	13,3
Итого			450	20,2	14,7	62,9	479	25
Полдник								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	80	1,3	1,8	6,4	48	0,2
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	70			2,5	10	0
		ПЕЧЕНЬЕ	50	1,8	2,4	18	101	0
Итого			200	3,1	4,2	26,9	159	0,2
Всего				33,2	36,7	138,6	1035	29,5

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.

2014	61	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	80	1,3	1,8	6,4	48	0,2
------	----	-----------------------	----	-----	-----	-----	----	-----



Утверждаю

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

МЕНЮ

2 марта 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	140	3,3	5,7	9,2	102	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,7	4	38	3,7
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	2	4,9	13,3	105	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,4	1,9	15,2	89	0,4
Итого			400	8,7	17,2	41,7	358	4,1
II Завтрак								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,3	0,1	6,9	29	1,4
Итого			100	0,3	0,1	6,9	29	1,4
Обед								
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	200	3,8	5,3	11,3	111	10,3
2002	17	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	80	13,4	8,8	11,2	193	14,4
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	30/30	5	0,5	32,6	155	0
2014	372	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛЮДОВ	180	0,4	0,4	17,9	74	1
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	80	1,5	2,7	8,3	65	4
Итого			600	23,8	17,4	81,3	598	29,7
Полдник								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	130	2,1	2,6	9,5	69	0,3
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	120			5	20	0
Итого			250	2,1	2,6	14,5	89	0,3
Всего				34,9	37,3	144,4	1074	35,5

завхоз

Ткачева

Ткачева Е. А.

повар

Жукова

Жукова А. В.