

Утверждаю

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



МЕНЮ

8 июня 2022 г.

Ясли 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2014	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	110	4,6	6,7	12,6	130	0
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	1,6	4,5	10,8	91	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,7	3,1	2,6	41	2,4
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,5	2,1	10	70	0,5
Итого			350	9,4	16,4	36	332	2,9
II Завтрак								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,1	9	38	1,8
Итого			100	0,4	0,1	9	38	1,8
Обед								
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	150	3,4	4,2	11,3	100	10
2002	17	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	80	10,2	7	14,8	174	13,5
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,8	0,3	18,4	88	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	120	0,2	0,2	14,2	60	1,9
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	60	1,4	2,7	7,3	62	3,3
Итого			450	18	14,4	66	484	28,7
Полдник								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	80	2,1	2,9	8,2	67	0,3
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	120	0,1		4,7	19	0
Итого			200	2,2	2,9	12,9	86	0,3
Всего				30	33,8	123,9	940	7

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с № 39

/Боброва О. В./



МЕНЮ

8 июня 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2014	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	140	5,5	7	19,8	164	0
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	1,4	3,5	9,3	74	0
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,9	85	0,5
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,8	3,8	3,3	51	3
Итого			400	10,5	16,7	45,3	374	3,5
II Завтрак								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,1	9	38	1,8
Итого			100	0,4	0,1	9	38	1,8
Обед								
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	200	4,5	6	15	137	13,3
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	80	8,8	3,9	17,9	149	13,7
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30/30	4,2	0,5	27,3	130	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,3	0,3	16	69	2,8
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	80	1,6	2,8	8,6	69	4
Итого			600	19,4	13,5	84,8	554	33,8
Полдник								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	120	3,2	3,2	11,6	89	0,5
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	110	0,1		4,4	18	0
		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	1,8	13,8	77	0
Итого			250	4,7	5	29,8	184	0,5
Всего				35	35,3	168,9	1150	33,6

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.