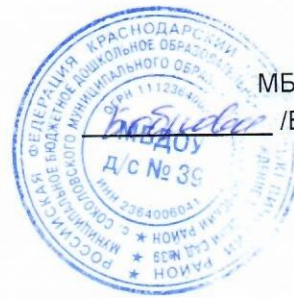


Утверждаю

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



МЕНЮ

18 апреля 2022 г.

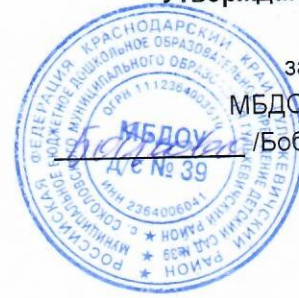
Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2013	10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	1,7	3,6	11,5	86	0
2013	178	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,6	5,6	20,9	158	0,7
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,6	2,9	14,6	99	0,6
Итого			350	10,9	12,1	47	343	1,3
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	100	3	1	4,2	40	0,5
Итого			100	3	1	4,2	40	0,5
Обед								
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,5	0,3	16	77	0
2013	69	ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	30	0,6		1,1	8	10,7
2014	379	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	70			10,9	44	0
2012	292	МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	150	13	6,6	5,5	147	9
2013	224	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	160	2,7	3,9	11	90	4,7
Итого			450	18,8	10,8	44,5	366	24,4
Полдник								
2014	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	70	10,7	8,1	9,3	153	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	120	5,3	4,6	8,8	99	2,63
2014	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,5	1,4	3,7	30	0
Итого			200	16,5	14,1	21,8	282	2,73
Всего				49,2	38	117,5	1031	28,93

завхоз Жакоба Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.

Утверждаю



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

МЕНЮ

18 апреля 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	178	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,8	6,5	29,2	203	0,7
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	1,5	3,3	9,8	76	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	3,5	17,6	119	0,8
Итого			400	12,5	13,3	56,6	398	1,5
II Завтрак								
2014	401	РЯЖЕНКА	100	3,4	2,9	4,9	63	0,4
Итого			100	3,4	2,9	4,9	63	0,4
Обед								
2013	224	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	2,9	4,7	11,6	100	5,1
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30/30	5	0,5	32,5	155	0
2012		ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	50	0,8		1,3	10	13,2
2012	292	МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	140	15,1	7	7,4	169	10,7
2014	379	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	170			17,8	71	0
Итого			600	23,8	12,2	70,6	505	29
Полдник								
2014	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	140	5,9	5,1	9,8	111	1,1
2014	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	100	12,1	8	21,4	207	0,1
2014	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,4	0,5	2,2	15	0
Итого			250	18,4	13,6	33,4	333	1,2
Всего				58,1	42	165,5	1299	32,1

завхоз Ткачева Е.А. Ткачева Е.А.

повар Жукова А.В. Жукова А.В.