



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

МЕНЮ

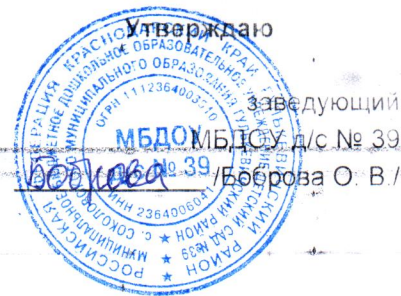
30 марта 2022 г.

Ясли 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								
2014	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	110	9,7	8,1	37,6	263	0
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	2,2	4,3	14,2	105	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,6	2,8	2,4	38	2,2
2014	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,2	2,7	9,8	77	0,5
Итого			350	15,7	17,9	64	483	2,7
II Завтрак								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,3	0,1	6,7	29	1,3
Итого			100	0,3	0,1	6,7	29	1,3
Обед								
2013-	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,7	0,3	17,8	84	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	120			10,7	43	0,4
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	150	3,2	3,6	7,6	76	6,5
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	60	1	1,9	5,4	44	2,4
2002	17	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	80	10,5	8,6	10,1	170	11,5
Итого			450	17,4	14,4	51,6	417	20,3
Полдник								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	80	2	3	6	60	0,4
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	70			1,7	7	0
		ПЕЧЕНЬЕ	50	1,8	2,4	18	101	0
Итого			200	3,8	5,4	25,7	168	0,4
Всего				37,2	37,8	148	1097	25,2

заведующий Боброва Боброва О.В.

повар Жукова Жукова А.В.



МЕНЮ

30 марта 2022 г.

Сад 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	140	4,9	6,7	10,7	124	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,9	4	3,4	53	3,1
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	2,1	3,8	13,5	96	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	3,2	15,1	107	0,6
Итого			400	11,8	17,7	42,7	380	3,7
II Завтрак								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,1	7,5	32	1,5
Итого			100	0,4	0,1	7,5	32	1,5
Обед								
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	200	4,1	5,5	10,2	110	9
2002	17	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	80	11,7	8,1	11,7	180	13,5
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30/30	4,3	0,4	28,2	134	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	15,4	62	0,5
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	80	1,3	2,6	7,1	58	3,3
Итого			600	21,5	16,7	72,6	544	26,3
Полдник								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	130	3,2	3,8	8	79	0,6
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	120			4,5	18	0
Итого			250	3,2	3,8	12,5	97	0,6
Всего				36,9	38,3	135,3	1053	32,1

заведующий Боброва Боброва О.В.

повар Жукова Жукова А.В.