



МЕНЮ

21 июня 2022 г.

Сад 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	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,6	2,7	38	0,1
2002	44	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ	180	5,6	8,2	38,3	253	2,1
2013	92	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,1	4,4	8,4	95	1
Итого			400	11,6	15,2	49,4	386	3,2
II Завтрак								
2014	368	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	50	0,2	0,2	5,7	27	5,8
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	50					0
Итого			100	0,2	0,2	5,7	27	5,8
Обед								
2014	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	100	6,1	6,9	9,8	125	4,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,8	0,3	18,4	88	0
2014	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,4	2,2	11,4	76	16,5
2012		ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	80	1	0,1	2,7	16	20,1
2014	379	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			11	44	0
Итого			600	12,3	9,5	53,3	349	41,1
Полдник								
2014	229	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ	100	17	12,1	24,3	277	0,2
2014	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,7	2,2	9,6	71	0,4
Итого			250	19,7	14,3	33,9	348	0,6
Всего				43,8	39,2	142,3	1110	50,7

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.



МЕНЮ

20 июня 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								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,8	3,8	3,3	51	3
2013	78	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,2	7,4	36	0
2014	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	6	8,4	1	104	0,1
2013	10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/15	1,4	2,2	9,4	63	0
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5	20	0
Итого			345	9,4	14,6	26,1	274	3,1
II Завтрак								
2014	401	ЙОГУРТ	100	1,8	1,6	2,9	37	0,5
Итого			100	1,8	1,6	2,9	37	0,5
Обед								
2013	230	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СМЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	125	2,5	3,7	9,2	81	4,6
2014	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	75	6,3	6,6	6	108	0,3
2014	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2	3,2	14,4	95	7
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,7	0,3	17,6	84	0
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	30	0,9	0,1	1,8	11	2,8
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	70	0,1	0,1	7,2	30	0,8
Итого			450	14,5	14	56,2	409	15,5
Полдник								
2014	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	65	7,1	2,7	5,8	52	0,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,7	0,1	4,7	22	0
2014	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	25	0,2	0,8	1,1	15	0
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	100	1,2	1,1	5,5	37	0,2
Итого			200	9,2	4,7	17,1	126	0,3
Всего				34,9	34,9	102,3	846	19,4

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.