



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

МЕНЮ

25 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 | | | | | | | | |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 1,6 | 0,2 | 10,8 | 52 | 0 |
| 2008 | | ПУДИНГ ПШЕННЫЙ | 160 | 7,8 | 8,9 | 45 | 294 | 0,3 |
| 2013 | 181 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | | | 6,1 | 25 | 0 |
| Итого | | | 350 | 9,4 | 9,1 | 61,9 | 371 | 0,3 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2014 | 368 | ПЛОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,5 | 0,5 | 11,6 | 56 | 11,9 |
| Итого | | | 100 | 0,5 | 0,5 | 11,6 | 56 | 11,9 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2002 | 8 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ | 120 | 1,7 | 2,1 | 6,5 | 53 | 4,4 |
| 2014 | 304 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 110 | 3,2 | 4,4 | 5,1 | 74 | 1,2 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20/20 | 1,8 | 0,2 | 11,7 | 56 | 0 |
| 2013 | 177 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 150 | 0,1 | 0,1 | 13,6 | 55 | 0,6 |
| 2013 | 69 | ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА | 30 | 0,2 | | 0,4 | 2 | 0,7 |
| Итого | | | 450 | 7 | 6,8 | 37,3 | 240 | 6,9 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | | ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ | 80 | 12,1 | 10 | 8,8 | 176 | 0,1 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 120 | 4,3 | 3,8 | 7,2 | 81 | 2,15 |
| Итого | | | 200 | 16,4 | 13,8 | 16 | 257 | 2,25 |
| Всего | | | | 33,3 | 30,2 | 126,8 | 924 | 21,35 |

заведующий Боброва Боброва О.В.

повар Жукова Жукова А.В.

Итого | 200 | 16,4 | 13,8 | 16 | 257 | 2,25

Утверждаю



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

МЕНЮ

25 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 | | | | | | | | |
| 2008 | | ПУДИНГ ПШЕННЫЙ | 160 | 8,8 | 10,6 | 48,3 | 325 | 0,3 |
| 2014 | 3 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 30 | 4,8 | 3,3 | 31,8 | 177 | 0 |
| 2013 | 181 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | | 2,5 | 10 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,4 | 0,2 | 8,9 | 43 | 0 |
| Итого | | | 400 | 15 | 14,1 | 91,5 | 555 | 0,3 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2014 | 368 | ПЛОДЫ СВЕЖИЕ | 50 | 0,2 | 0,2 | 5,8 | 28 | 5,9 |
| | | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 50 | | | | | 0 |
| Итого | | | 100 | 0,2 | 0,2 | 5,8 | 28 | 5,9 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2002 | 8 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ | 180 | 2,7 | 5,3 | 11 | 104 | 6,4 |
| 2014 | 304 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | 4 | 5,9 | 6,5 | 96 | 1,1 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20/20 | 2,9 | 0,3 | 19,3 | 92 | 0 |
| 2013 | 177 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | 0,1 | 0,1 | 16,7 | 68 | 0,8 |
| 2013 | | ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА | 50 | 0,3 | | 0,7 | 4 | 2,8 |
| Итого | | | 600 | 10 | 11,6 | 54,2 | 364 | 11,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 229 | ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ | 90 | 18,5 | 9,2 | 13 | 214 | 0,2 |
| 2014 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 160 | 6,1 | 5,2 | 10,1 | 113 | 1,1 |
| Итого | | | 250 | 24,6 | 14,4 | 23,1 | 327 | 1,3 |
| Всего | | | | 49,8 | 40,3 | 174,6 | 1274 | 18,6 |

заведующий Боброва Боброва О.В.

повар Жукова Жукова А.В.