



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

## МЕНЮ

25 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2013	172	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	180	5,8	7,4	30,2	210	0,5
2013	10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1,4	4,2	9,1	80	0
2013	180	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180	2,9	2,4	13,4	88	0,5
2013	78	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,2	10,2	49	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>11,7</b>	<b>14,2</b>	<b>62,9</b>	<b>427</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	70	0,7	0,1	13,7	58	2,7
		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>36</b>	<b>183</b>	<b>2,7</b>
<b>Обед</b>								
2014	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	170	14,6	16,7	20	294	8,9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	3,3	0,3	21,8	104	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	13,2	57	2
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	1,2	3,3	7	64	8,1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	170	3,3	6,3	19,3	147	4,1
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>22,6</b>	<b>26,8</b>	<b>81,3</b>	<b>666</b>	<b>23,1</b>
<b>Полдник</b>								
2014	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	8,1	4,3	3	54	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,7	0,1	4,5	22	0
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,5	2,1	12	78	0,4
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>11,3</b>	<b>6,5</b>	<b>19,5</b>	<b>154</b>	<b>2</b>
<b>Всего</b>				<b>48,6</b>	<b>50,5</b>	<b>199,7</b>	<b>1430</b>	<b>28,8</b>

завхоз Ткачева Е.А. Ткачева Е.А.

повар Жукова А.В. Жукова А.В.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

25 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2013	172	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,2	5,3	22,4	154	0,4
2013	10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/15	2,1	7	13,7	126	0
2013	180	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	150	2	1,7	9,2	62	0,4
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>8,3</b>	<b>14</b>	<b>45,3</b>	<b>342</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	1	0,2	19,6	84	3,9
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>84</b>	<b>3,9</b>
<b>Обед</b>								
2014	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	140	12,7	15	17,3	260	7,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,8	0,3	17,9	85	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	100	0,1	0,1	10,7	45	1,1
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,8	2,5	4,4	44	5
2014	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	140	3,2	4,6	17,6	125	3,1
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>19,6</b>	<b>22,5</b>	<b>67,9</b>	<b>559</b>	<b>16,9</b>
<b>Полдник</b>								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50	5,8	3,1	2,1	38	1,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,7	0,1	4,5	22	0
2014	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	140	2,2	1,8	9,5	64	0,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,7</b>	<b>5</b>	<b>16,1</b>	<b>124</b>	<b>1,5</b>
<b>Всего</b>				<b>37,6</b>	<b>41,7</b>	<b>148,9</b>	<b>1109</b>	<b>23,1</b>

завхоз Ткачева Е.А. Ткачева Е.А.

повар Жукова А.В. Жукова А.В.