

Утверждаю



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

# МЕНЮ

14 апреля 2022 г.

Ясли 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>								
2014	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	110	12,5	8,6	61,6	374	0
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	1,8	4,7	11,7	97	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,7	3,4	2,9	45	2,7
2014	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	6,9	5,9	17,6	152	1,2
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>21,9</b>	<b>22,6</b>	<b>93,8</b>	<b>668</b>	<b>3,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,1	8,8	37	1,7
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>8,8</b>	<b>37</b>	<b>1,7</b>
<b>Обед</b>								
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,9	0,3	18,3	87	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	120	0,2	0,2	14,1	60	1,8
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	150	2,8	3,6	7,7	77	7
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	60	1	2,2	5,7	50	2,6
2002	17	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	80	11,6	8,5	10	174	12,4
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>18,5</b>	<b>14,8</b>	<b>55,8</b>	<b>448</b>	<b>23,8</b>
<b>Полдник</b>								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	80	4,1	4,2	10,6	97	0,7
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	70			2,1	9	0
		ПЕЧЕНЬЕ	50	0,8	1,1	8,1	45	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>4,9</b>	<b>5,3</b>	<b>20,8</b>	<b>151</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>45,7</b>	<b>42,8</b>	<b>179,2</b>	<b>1304</b>	<b>30,1</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

14 апреля 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>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	140	4,4	5,6	14,8	129	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,9	4,2	3,7	57	3,3
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	1,4	4	9,5	80	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	7,9	6,6	22,2	182	1,4
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>14,6</b>	<b>20,4</b>	<b>50,2</b>	<b>448</b>	<b>4,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	9,6	41	1,9
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,6</b>	<b>41</b>	<b>1,9</b>
<b>Обед</b>								
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	200	3,7	5,6	10,3	109	9,2
2002	17	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	80	12,5	8,6	11,5	187	13,8
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30/30	4,4	0,5	28,2	134	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	20,6	87	2,2
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	80	1,4	2,5	7,6	61	3,5
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>22,2</b>	<b>17,4</b>	<b>78,2</b>	<b>578</b>	<b>28,7</b>
<b>Полдник</b>								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	130	6,8	6,4	18	159	1,2
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	120			4,9	19	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>6,8</b>	<b>6,4</b>	<b>22,9</b>	<b>178</b>	<b>1,2</b>
<b>Всего</b>				<b>44,1</b>	<b>44,3</b>	<b>160,9</b>	<b>1245</b>	<b>36,5</b>

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.