

Утверждаю

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



# МЕНЮ

27 апреля 2022 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2014	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	110	7,1	5,2	24,8	175	0
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/10	1,9	0,9	12,3	65	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,7	3,4	2,9	45	2,7
2014	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,8	2,3	10,6	76	0,5
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>12,5</b>	<b>11,8</b>	<b>50,6</b>	<b>361</b>	<b>3,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,8	0,3	17,9	86	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	120	0,2	0,2	14,1	60	1,8
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	150	2,6	4,4	8,3	86	7
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	60	1,2	2,7	6	55	2,6
2002	17	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	105	10,7	8	10,5	169	12,1
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>17,5</b>	<b>15,6</b>	<b>56,8</b>	<b>456</b>	<b>23,5</b>
<b>Полдник</b>								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	80	1,9	2,9	6,7	61	0,3
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	70	0,1		1,8	8	0
		ПЕЧЕНЬЕ	54	1,5	1,9	14,5	81	0
<b>Итого</b>			<b>204</b>	<b>3,5</b>	<b>4,8</b>	<b>23</b>	<b>150</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>34</b>	<b>32,3</b>	<b>140,5</b>	<b>1010</b>	<b>29</b>

завхоз

Жакирова

Ткачева Е.А.

повар

Жукова

Жукова А.В.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

27 апреля 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	140	3,2	3,2	5,7	65	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,9	4	3,5	53	3,1
2014	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25/5	1,5	0,2	9,6	46	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,5	13,1	89	0,5
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,6</b>	<b>9,9</b>	<b>31,9</b>	<b>253</b>	<b>3,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2014	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,6	0,1	11,1	47	2,2
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>11,1</b>	<b>47</b>	<b>2,2</b>
<b>Обед</b>								
2014	62	БОРЩ С МЯСОМ	200	3,7	5,6	10,7	111	9,4
2002	17	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ	105	12,5	8,4	12	187	14,1
2013	77	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30/30	4,4	0,5	28,3	135	0
2014	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	19,8	83	2,2
2014	134	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ	95	1,5	3,3	7,8	72	3,6
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>22,3</b>	<b>18</b>	<b>78,6</b>	<b>588</b>	<b>29,3</b>
<b>Полдник</b>								
2014	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	130	3	3,3	11,6	89	0,5
2013	181	ЧАЙ С САХАРОМ	120	0,1		4,8	19	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>3,1</b>	<b>3,3</b>	<b>16,4</b>	<b>108</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>34,6</b>	<b>31,3</b>	<b>138</b>	<b>996</b>	<b>35,6</b>

завхоз Ткачева Е.А. Ткачева Е.А.

повар Жукова А.В. Жукова А.В.