



Утверждаю

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

МЕНЮ

30 июня 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								
2014	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	2,9	3,6	8	76	0,1
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,7	0,2	11	53	0
2014	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	3,2	10,5	88	0,6
2008		ПУДИНГ ПШЕННЫЙ	160	6,6	9,3	38,2	264	0,2
Итого			400	15,2	16,3	67,7	481	0,9
II Завтрак								
2014	368	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	50	0,5	0,5	12,5	60	12,8
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	50					0
Итого			100	0,5	0,5	12,5	60	12,8
Обед								
2002	8	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	4,3	5,7	10,3	112	5,6
2014	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	13,2	13,1	25,6	274	1,9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,7	0,3	17,3	83	0
2013	177	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	34	0
2013		ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	50	0,6	0,1	1,8	10	7,1
Итого			600	20,8	19,2	63,3	513	14,6
Полдник								
2014	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	5,4	4,7	8,9	100	1
2013	144	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	90	7,3	4,7	60	311	0
Итого			250	12,7	9,4	68,9	411	1
Всего				49,2	45,4	212,4	1465	29,3

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.



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

МЕНЮ

30 июня 2022 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		ПУДИНГ ПШЕННЫЙ	160	6,5	6	34,4	218	0,2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,3	0,3	14,8	71	0
2014	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,3	2,7	9,7	76	0,5
Итого			350	12,1	9	58,9	365	0,7
II Завтрак								
2014	368	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	1	1	25	120	25,5
Итого			100	1	1	25	120	25,5
Обед								
2002	8	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	120	2,4	3,4	6	67	3,8
2014	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	110	9,8	9,9	19,4	206	1,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20/20	2,7	0,3	17,3	83	0
2013	177	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	140			11,3	45	0
2013	69	ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	40	0,5	0,1	1,4	8	5,8
Итого			450	15,4	13,7	55,4	409	10,9
Полдник								
2013	144	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	90	7,7	5,6	60,8	324	0
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	110	3,5	3	5,8	65	0,6
Итого			200	11,2	8,6	66,6	389	0,6
Всего				39,7	32,3	205,9	1283	37,7

завхоз Ткачева Ткачева Е.А.

повар Жукова Жукова А.В.