

Утверждаю



# МЕНЮ

6 июня 2024 г.

Ясли 12 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>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	4	5,1	10,9	130	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,9	4,9	14,9	125	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,4	75	0
Итого			391	13,7	13,3	47,2	367	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	96	0,4	0,4	9,4	45	9,6
Итого			96	0,4	0,4	9,4	45	9,6
<b>Обед</b>								
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,3	5,2	9,9	104	5,6
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	60	17,5	4,9	4,6	131	2
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	4,9	19,3	134	9,2
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	11	49	25,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	34					0
Итого			544	25,1	15,1	44,8	418	41,9
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	149	4	3,7	16	117	1,3
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,5	0,9	2	20	0,8
2012	51	ГОЛУБИЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,4	10,2	16,2	201	12,5
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,3	3,0	14,3	103	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,4	75	0
Итого			470	21,7	18,7	63,9	516	15,2
Всего				60,9	47,5	105,3	1346	67,8

Медицинская сестра

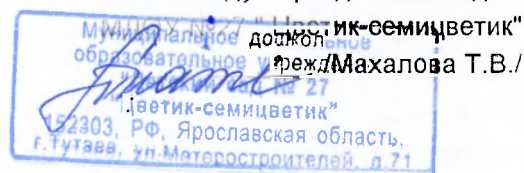
Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

утверждаю

Заведующая детским садом



# МЕНЮ

6 июня 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	5,7	19,9	152	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,2	4,3	17,9	119	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,7	4,8	15,4	124	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	1		11,7	51	0,2
2008	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,2	98	0
Итого			416	16,2	15,4	55,5	429	1,2
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Обед</b>								
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,1	4,5	9,3	94	5,4
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	80	24,3	5,3	6,5	171	2,6
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ (аллергики)	80	8,6	10,5	3,3	154	1,5
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,8	5,8	24,1	165	11,6
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11,6	53	31,8
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	42	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			632	35,6	10,9	72,2	584	51,4
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	178	4,8	4,5	19,3	141	1,6
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	1,1	2	3,9	45	1,2
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	13,1	11,5	18,9	232	14,7
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	16,6	121	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	1		11,7	51	0,2
2008	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,2	98	0
Итого			589	26,3	22,6	78,9	637	18,2
Всего				78,5	54,7	216,4	1697	80,8

Медицинская сестра Волкова И.В.

Шеф-повар Ваганова Ю.А.