

Согласовано



Заведую

МБ ДОУ №

/Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ

11 августа 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,8	4,5	22,9	153	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		2,1		19	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		12,4	51	0,5
2008		БАНАН	84	1,3	0,4	17,6	81	8,4
Итого			439	7,7	7,1	62,9	351	9,3
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	3,7	5,9	16	131	2,7
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	19,8	20,2	20,8	345	1,1
2008	28	САЛАТ "ПОЛОНЬСКИЙ"	40	0,5	5	4,2	65	17,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150			12,1	48	0
Итого			530	26,8	31,4	71,6	677	21
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,2	4,5	8,6	97	1
2008		ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,6	53	0
Итого			195	5,6	5	20,2	150	1
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,8	2,3	0,2	32	0
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,2	11,1	15,3	172	8,2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77	3,6
Итого			350	7	13,8	42,2	322	11,8
Всего				47,1	57,3	196,9	1500	43,1

Повар _____

Алекса Оксана Сергеевна

Согласовано



Завед

МБ ДО

/Юрченко Наталья Васильевна

МЕНЮ

11 августа 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит. С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,6	6,1	31,2	207	
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,6	69	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		2,8		25	
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		11,6	48	
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	94	1,4	0,5	19,7	90	
Итого			528	10,3	9,6	77,1	439	1
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,5	3,5	19,9	125	
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	23	24,3	25,5	413	
2008	28	САЛАТ "ПОЛОНЫНСКИЙ"	60	0,8	4,6	3,1	58	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,6	0,2	10,3	49	
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			12,3	49	
Итого			664	30,4	32,7	81,1	741	2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	4,9	9,6	108	
2008		ВАФЛИ	27	0,8	0,9	21,1	97	
Итого			227	6,6	5,8	30,7	205	
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	64	
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,9	11,2	17,3	183	
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,6	0,2	10,3	49	
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,3	87	
Итого			414	10,6	16,2	48,2	383	1
Всего				57,9	64,3	237,1	1768	5

Повар _____ Алекса Оксана Сергеевна