

Меню
5 апреля 2024 г.

Сад 12 часов



Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Колпова Ирина Леонидовна

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ № 34	180	9,4	11,2	24,5	238	0
2010		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ № 98	180	9,6	10,1	24,4	229	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №2	13	3	3,8		47	0
Итого			420	22,8	31,7	70,3	671	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СМЕТАНОЙ	180	3,1	5,4	14,4	120	6,9
2010	63	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ № 63	80	2,1	5,4	14,1	115	0,7
2010		КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 82	150	4	4,3	15,1	117	32,1
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 90	180	0,1	0,1	10,3	43	1
Итого			635	11,7	15,7	70,1	482	40,7
Уплотненный Полдник								
		ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ,	80	14,8	8,1	5,3	173	11
2010		РИС ОТВАРНОЙ № 73	110	2,5	2,8	27	143	0
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	1,2	0,1	2,4	15	1,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
Итого			460	19,2	11,6	58,7	442	12,6
Всего				54,7	59,2	219,3	1681	57,3

Старшая мед. сестра Ирина Геннадьевна Уткина Ирина Геннадьевна

Повар Наталья Евгеньевна Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

/ Копрова Ирина Леонидовна/


МЕНЮ

5 апреля 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		
Завтрак								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ № 34	150	7,8	9,3	20,8	200	0
2010		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ № 98	160	9,5	10,1	25,1	232	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2017	-1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 2	9	2	2,6		32	0
Итого			356	19,9	28,4	62	595	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СМЕТАНОЙ	160	2,9	4,6	12,9	105	6,2
2010	63	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ № 63	60	2,2	4	11,8	93	0,5
2010		КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 82	110	3,1	3,4	12,2	93	24,2
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 90	180	0,1	0,1	10,8	45	0,9
Итого			545	10,1	12,5	60,3	404	31,8
Уплотненный Полдник								
		ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ,	60	12,2	5,5	3,2	128	9,2
2010		РИС ОТВАРНОЙ № 73	110	2,4	3,4	25,6	143	0
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	0,8	0,1	1,6	10	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	66	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8,9	36	0
Итого			415	16	9,5	52,7	383	10,2
Всего				47	50,6	195,2	1468	46

Старшая мед. сестра  Уткина Ирина ГеннадьевнаПовар  Соловьева Наталья Евгеньевна